

# La sociedad digital

Informe cuantitativo

Edición 2024 - Datos 2023

## Estudios

*La sociedad digital. Informe cuantitativo. Edición 2024 - Datos 2023* ha sido elaborado por la empresa 40dB para el Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad.

Sugerencias para citar este informe:  
*La sociedad digital. Informe cuantitativo. Edición 2024 - Datos 2023*. Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad. Red.es. Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial. Ministerio para la Transformación Digital y de la Función Pública. Reservados todos los derechos. Se permite su copia y distribución por cualquier medio siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras y no se realice ninguna modificación de las obras.



NIPO: 230240806

DOI: 10.30923/230240806

## Nota técnica

Las posibles discrepancias entre algunos de los datos del presente estudio y otras fuentes oficiales responden a razones metodológicas.

En la lectura de este informe, se debe tener presente que:

- El **modo de administración** de esta encuesta es la entrevista *online* a partir de un panel de internautas.
- Se trata de una **encuesta a individuos**, no a hogares.
- Se emplea una muestra de personas de entre **16 y 74 años**.



# Ficha técnica de la ola del 2023

# Ficha técnica de la ola del 2022

<p><b>ÁMBITO</b> Nacional, excluyendo Ceuta y Melilla</p>	<p><b>ÁMBITO</b> Nacional, excluyendo Ceuta y Melilla</p>
<p><b>PROCEDIMIENTO</b> Entrevista <i>online</i></p>	<p><b>PROCEDIMIENTO</b> Entrevista <i>online</i></p>
<p><b>UNIVERSO</b> Población general residente en España de 16 a 74 años</p>	<p><b>UNIVERSO</b> Población general residente en España de 16 a 74 años</p>
<p><b>FECHA DE CAMPO</b> Del 08/06/2023 al 05/07/2023</p>	<p><b>FECHA DE CAMPO</b> Del 30/05/2022 al 14/06/2022</p>
<p><b>TAMAÑO DE LA MUESTRA</b> 4.000 entrevistas</p>	<p><b>TAMAÑO DE LA MUESTRA</b> 4.000 entrevistas</p>
<p><b>ERROR MUESTRAL</b> El error muestral es de <math>\pm 1,55</math> puntos porcentuales, considerando que <math>p=q=50\%</math> y un nivel de confianza del 95% bajo el supuesto de muestreo aleatorio simple</p>	<p><b>ERROR MUESTRAL</b> El error muestral es de <math>\pm 1,55</math> puntos porcentuales, considerando que <math>p=q=50\%</math> y un nivel de confianza del 95% bajo el supuesto de muestreo aleatorio simple</p>
<p><b>CUOTAS</b> Se han considerado cuotas de sexo, edad, comunidad autónoma, tamaño de hábitat y clase social</p>	<p><b>CUOTAS</b> Se han considerado cuotas de sexo, edad, comunidad autónoma, tamaño de hábitat y clase social</p>
<p><b>PONDERACIÓN</b> Por sexo, edad, comunidad autónoma, hábitat y clase social</p>	<p><b>PONDERACIÓN</b> Por sexo, edad, comunidad autónoma, hábitat y clase social</p>

# Principales datos de un vistazo

## Internet y la tecnología en la vida cotidiana



En la sociedad actual de España, los **dispositivos tecnológicos** como los teléfonos inteligentes (98%) y los ordenadores portátiles (77,3%) **continúan siendo esenciales en la vida cotidiana**. Por otro lado, existe una **alta satisfacción** (por encima del 85%) **con las conexiones a Internet en el país**.



Persiste una **preocupación generalizada por el tiempo excesivo que los menores usan dispositivos electrónicos**, lo que puede afectar negativamente a su salud. Asimismo, una inquietud en aumento es la creencia de que los niños corren un mayor riesgo de sufrir violencia o acoso en línea.



La función predominante de Internet sigue siendo la **búsqueda de información, la lectura de noticias y la visualización de contenido en redes sociales** (88,3%), aunque este uso ha disminuido desde 2022, posiblemente debido al fin de la pandemia. Igualmente, **más del 80% lo utiliza para actividades financieras, comunicarse con amigos y familiares, solucionar problemas cotidianos y planificar ocio**. Además, **la autonomía a la hora de realizar estas actividades en línea es alta** en la mayoría de las actividades, **pero menor cuando se trata de trámites burocráticos**.



WhatsApp sigue liderando como la **aplicación más popular, seguida de YouTube**. Instagram y Facebook continúan siendo las otras redes sociales más empleadas. Sin embargo, se han registrado **caídas notables en el uso diario de ciertas redes sociales** como WhatsApp, Facebook y Telegram. Además, menos del 2% opta por no utilizar las redes sociales, siendo la falta de interés (62%) la razón principal, aunque esta cifra ha disminuido desde 2022.



La mayoría sigue prefiriendo realizar **actividades financieras y organizativas en línea**, como pagar impuestos, mientras que **opta por el contacto cara a cara para experiencias interactivas**, como citas médicas o conversaciones con amigos/familiares. En todas las situaciones, el teléfono es consistentemente el método menos preferido.



El uso de WhatsApp y redes sociales para informarse se ha reducido en el último año, mientras que **los medios tradicionales se mantienen como la principal fuente de información**.

## La percepción de Internet y la tecnología en la sociedad



En general, **los beneficios de Internet y la tecnología superan los problemas**. La mayoría se siente capaz de realizar gestiones bancarias y administrativas en línea y utiliza la Red para desconectar y relajarse. Pero, en el último año, **hay una creciente necesidad de desconexión y la sociedad encuentra menos dificultades para lograrlo**.



**La sociedad sigue reconociendo las ventajas de Internet**, como el acceso rápido a información y servicios, pero también es consciente de la presencia de contenido dañino y comunidades homogéneas. **Las tecnologías son valoradas por su comodidad y rapidez, aunque se reconoce la exclusión y la dependencia**, pero en menor medida que hace un año.

## Ética y seguridad en Internet



La difusión de **desinformación y noticias falsas sigue siendo un riesgo importante en Internet**. Además, **se incrementa la percepción de que los insultos, discursos de odio y conversaciones agresivas son cada vez más frecuentes**. Por otro lado, la responsabilidad de garantizar la seguridad en línea recae principalmente en las Administraciones públicas y los organismos de seguridad estatales.



**La preocupación en torno al uso de datos personales sigue siendo una cuestión de gran relevancia** para la población y un número significativo estaría dispuesto a eliminar su información personal de Internet.

## La digitalización en el trabajo



A pesar de que **trabajar fuera de casa sigue siendo la norma**, aproximadamente **un tercio teletrabaja o tiene un modelo híbrido**, y quienes lo hacen expresan un alto nivel de satisfacción. La sociedad sigue percibiendo ventajas y desventajas en el teletrabajo, y en el último año se ha observado **un ligero aumento en los beneficios**, como el ahorro de costes para los trabajadores.



**En cuanto al futuro, la mayoría se mantiene optimista.** Casi la mitad cree que la pérdida de empleos debido al avance tecnológico será compensada con la creación de nuevos. Asimismo, la mayoría espera que los nómadas digitales sean comunes, una opinión más extendida que en 2022, pero también considera que el teletrabajo permitirá un mayor control empresarial.

## Las inteligencias artificiales



**Cuatro de cada diez personas (42,1%) ya han usado las inteligencias artificiales** y las asocian principalmente con el “futuro” (40,4%). **La población destaca más sus posibles riesgos**, especialmente en seguridad y privacidad (en torno al 70%), que sus ventajas. Entre estas, algo más de la mitad cree que su uso facilitará la vida. Se percibe que la IA puede tener un impacto positivo en las tareas del hogar y la educación y negativo en el empleo y las relaciones personales. La redacción de textos y la traducción son los usos de la IA más extendidos.



## La digitalización en la Administración pública



En el último año, se observa **una notable mejora en la imagen ciudadana de la Administración y los servicios públicos**. A pesar de esto, la mitad ha tenido que realizar trámites en persona debido a problemas en las páginas web. Además, se percibe que es responsabilidad principal de la Administración mejorar los recursos y las habilidades digitales de la población.

## Brechas digitales



**Una tercera parte de la población se enfrenta a carencias relacionadas con la información y la comunicación**, incluyendo dificultades para acceder a información de calidad y acceso sencillo.



**La sociedad percibe una reducción de las brechas digitales** en comparación con el año anterior, **especialmente entre las personas de mayor edad, las clases sociales menos privilegiadas y aquellos que viven en zonas rurales**. Sin embargo, los jóvenes son una excepción, ya que la percepción de que la digitalización les está perjudicando ha aumentado.



En líneas generales, **las brechas en el grado de digitalización según la edad, el tamaño del entorno, el género y la situación económica se han mantenido relativamente estables** entre 2022 y 2023. No obstante, ha habido un leve incremento en las diferencias entre hombres y mujeres, así como entre las generaciones más jóvenes y mayores.



## Digitalización y bienestar subjetivo



El análisis comparativo del grado de digitalización entre personas con niveles elevados y bajos de bienestar subjetivo muestra que una **alta tenencia de dispositivos tecnológicos y un mayor acceso y satisfacción con la conexión a Internet están relacionados con un mayor bienestar subjetivo**. Así mismo, un **mayor uso de Internet** para las actividades del día a día y **el hacerlo de forma autónoma, segura y controlada** se correlacionan con un mayor bienestar. De igual manera, las personas con mayores niveles de bienestar subjetivo **valoran mejor las gestiones en línea** con las Administraciones públicas y, en general, tienen **una percepción más positiva sobre el impacto de la tecnología en la sociedad**.



En cuanto a la **relación de los diferentes perfiles de digitalización con el bienestar subjetivo, los resultados señalan que, además de las variables sociodemográficas, el ser una persona autónoma a la hora de llevar a cabo gestiones cotidianas por Internet es un elemento clave**, pues estas personas se sienten más realizadas con sus vidas. Sin embargo, **un menor nivel de digitalización combinado con la aspiración de formar parte del proceso de digitalización está relacionado con menores niveles de bienestar subjetivo**. En ambos casos, estas personas pueden sentirse **frustradas y excluidas de este cambio social**, lo que les puede provocar esta pérdida de bienestar.

## 01

**Introducción** 12

## 02

**Internet y la tecnología en la vida cotidiana** 13

- 2.1. La tenencia y uso de productos tecnológicos 13
- 2.2. Satisfacción con la conexión a Internet 16
- 2.3. El uso y la preferencia de Internet 17
- 2.4. El uso de Internet entre los más jóvenes 23
- 2.4. Las redes sociales 26

## 03

**La percepción de Internet y la tecnología** 31

- 3.1. La percepción de Internet y la tecnología en la sociedad 31

## 04

**Ética y seguridad en Internet** 41

- 4.1. Los peligros de Internet 41
- 4.2. El uso inteligente de Internet y las tecnologías 47
- 4.3. La seguridad en Internet 48
- 4.4. Los datos personales 51

## 05

**La digitalización del trabajo** 54

- 5.1. El teletrabajo en la actualidad 54
- 5.2. El futuro del teletrabajo 58

## 06

**Las inteligencias artificiales** 60

- 6.1. El uso de las IA 60
- 6.2. Imagen y percepción de las IA 61

## 07

**La digitalización de la Administración pública** 65

## 08

**Brechas digitales** 68

## 09

**Bienestar subjetivo y digitalización** 77

- 9.1. Análisis comparativo del nivel de digitalización 78
- 9.2. Análisis estadístico avanzado 99



## 01

# Introducción

Vivimos en una época de cambios tecnológicos sin precedentes, donde la sociedad digital se ha convertido en un elemento central de nuestras vidas. La rápida evolución de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) ha alterado profundamente nuestra forma de interactuar, trabajar y experimentar la realidad.

Este proceso de digitalización se aceleró durante la crisis del COVID-19. Desde el teletrabajo hasta la educación en línea, pasando por las reuniones virtuales y las compras por Internet: las interacciones se trasladaron en gran medida al ámbito digital. Tras haber superado esta crisis sanitaria, nos encontramos ahora ante nuevos desafíos y oportunidades en un mundo cada vez más digitalizado. En este escenario de transformación continua, se hace necesario comprender y evaluar de manera precisa el impacto que estas tecnologías tienen en nuestra sociedad y el entorno que nos rodea.

El objetivo principal de esta segunda edición del Estudio sobre la Sociedad Digital es proporcionar una visión integral y comparativa de la transformación digital de la sociedad española a partir de indicadores establecidos en el informe de 2022 y los resultados de la encuesta de 2023. Pero va más allá. También pretende explorar un aspecto crucial que rara vez se ha abordado en profundidad: la dimensión social de la transformación digital y cómo esta afecta al bienestar de la ciudadanía.

El presente estudio aborda, primero, el impacto de Internet y las tecnologías digitales en nuestra vida cotidiana, poniendo el foco en la evolución durante el último año: se analiza en qué medida la sociedad se ha digitalizado y cómo se percibe

la realización de actividades en línea, el uso de redes sociales y otros aspectos relacionados con la vida digital. Igualmente, se explora la percepción social de Internet, la tecnología y la seguridad en el ámbito digital. Se estudian asuntos como las cualidades y las limitaciones de estas tecnologías, su impacto en la salud, cómo nos sentimos en el mundo digital y los riesgos que percibimos. Además, se examina en detalle el auge del teletrabajo, su desarrollo y su influencia en la satisfacción laboral. También se presta atención a la creciente incorporación de la inteligencia artificial y cómo esta es percibida y utilizada por la sociedad.

Un aspecto crucial de este estudio es el análisis del papel de las Administraciones públicas y las grandes empresas en el panorama digital actual. Se investiga la responsabilidad de estas entidades en la regulación y promoción de un uso responsable y seguro de la tecnología, garantizando el bienestar y los derechos de los ciudadanos.

A continuación, se pone énfasis en la identificación, comprensión y medición de las brechas digitales que existen en la sociedad. Se busca determinar quiénes quedan excluidos de este entorno tecnológico y cómo se pueden superar estas disparidades, promoviendo la inclusión digital.

Finalmente, el estudio explora una cuestión relativamente novedosa y poco estudiada en el ámbito nacional e internacional: el análisis de cómo la transformación digital está impactando en el bienestar subjetivo de la ciudadanía. Se investiga cómo el nivel de digitalización influye en nuestro bienestar, un aspecto esencial en la comprensión de los efectos de la tecnología en nuestra sociedad.



## 02

# Internet y la tecnología en la vida cotidiana

## 2.1

## La tenencia y uso de productos tecnológicos

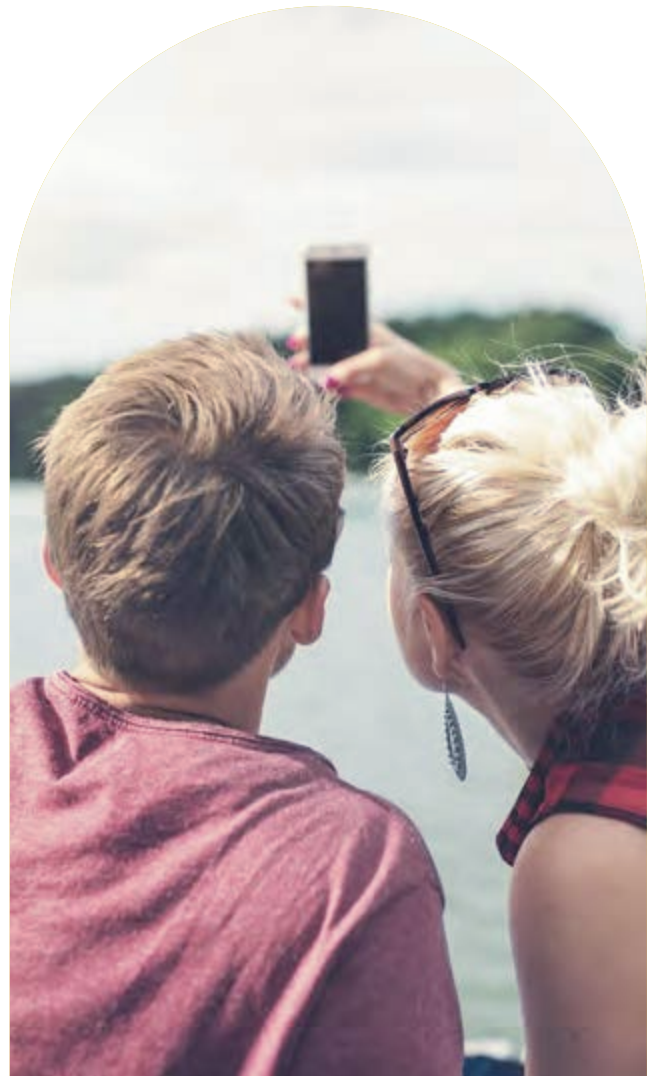
En la sociedad actual, el avance de la digitalización ha convertido ciertos dispositivos tecnológicos en elementos esenciales en la vida diaria de las personas. En los hogares españoles, **destacan** especialmente tres: **el smartphone, el ordenador portátil y la televisión inteligente.**

**El teléfono inteligente sigue siendo el más extendido:** el 98% posee uno. Además, el 77,3% cuenta con un ordenador portátil, lo que lo convierte en el segundo dispositivo más popular. Las televisiones inteligentes ocupan el tercer lugar, encontrándose en un 70,7% de los hogares.

Asimismo, se observa un uso extendido del iPad/ tablet (59,3%) y del ordenador de escritorio (51,3%). También es frecuente la tenencia de asistentes de voz (30,4%) y relojes y pulseras inteligentes (31,1% y 28,2% respectivamente), dispositivos especializados en diversas funciones, como el seguimiento de pulsaciones y el suministro de información relacionada con la salud, entre otras. Por otro lado, los electrodomésticos inteligentes (25,4%) y los eBooks (24,1%) están menos extendidos. Por otra parte, las gafas de realidad virtual (6,8%), los drones (4,5%) y los robots (4,5%) son dispositivos tecnológicos con una menor penetración en la sociedad.

En comparación con el año anterior, se observa una **leve disminución en la tenencia de ciertos**

**dispositivos**, como son iPad/tablets (-3,5 puntos porcentuales), relojes y pulseras inteligentes (-2,4 puntos porcentuales) y -5,8 puntos porcentuales), gafas de realidad virtual (-1,8 puntos porcentuales), drones (-1,8 puntos porcentuales) y robots (-1,3 puntos porcentuales).

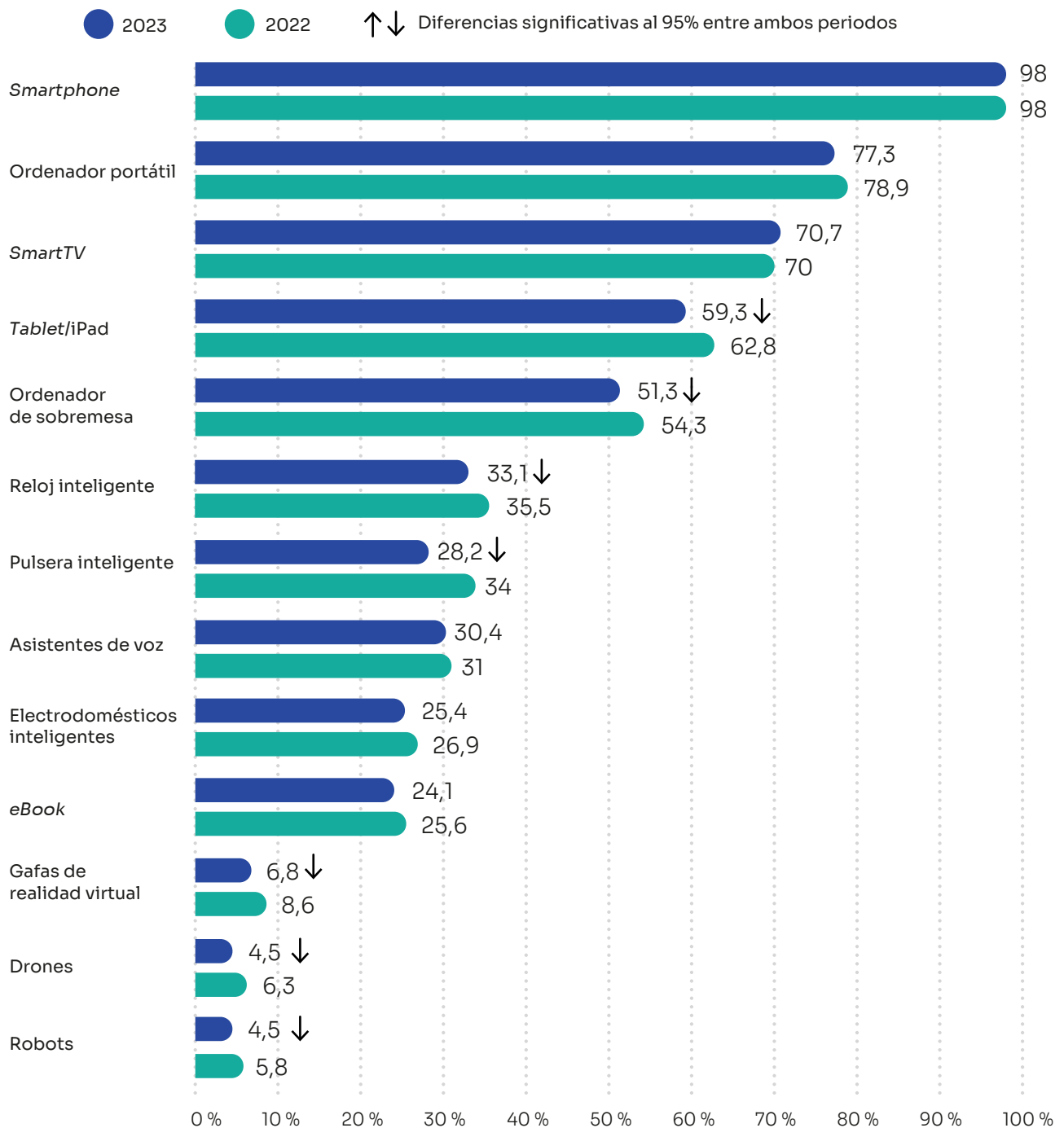


Esta reducción podría relacionarse con los cambios en los patrones de comportamiento experimentados durante la pandemia. Durante la crisis sanitaria, la población pasó más tiempo en sus hogares, lo

que posiblemente llevó a que algunas personas percibieran una mayor necesidad y utilidad en el uso y posesión de dispositivos digitales como una manera de mantenerse ocupadas y entretenidas.

### Gráfico 1 - Evolución de la tenencia de dispositivos tecnológicos

**Pregunta:** Indica qué productos o servicios tecnológicos tienes en tu hogar y/o para ti.  
Marca todas las respuestas necesarias.



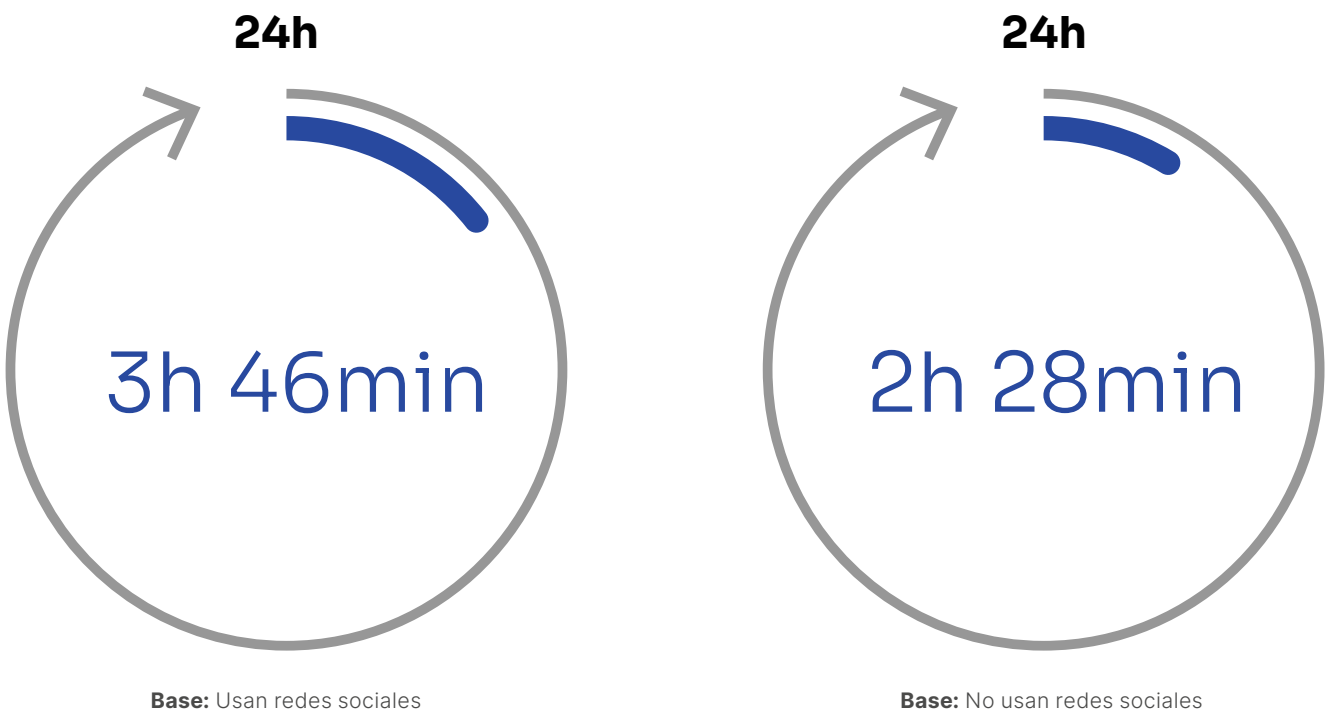
**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Finalmente, se ha indagado sobre el **tiempo** que las personas encuestadas dedican **en un día común**, fuera de su horario laboral o académico y sin contar el tiempo que pasan en redes sociales, **a los dispositivos tecnológicos**. Los resultados

revelan que las **personas usuarias de redes sociales** usan los **dispositivos digitales** una media de **3 horas y 46 minutos**, mientras que quienes **no las usan** tienen un **tiempo medio de uso de 2 horas y 28 minutos**.

## Gráfico 2 - Media de uso de dispositivos tecnológicos

**Pregunta:** Descontando las redes sociales y fuera de tu horario de trabajo y/o estudio, ¿cuánto tiempo al día pasas utilizando dispositivos tecnológicos?



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta





## 2.2

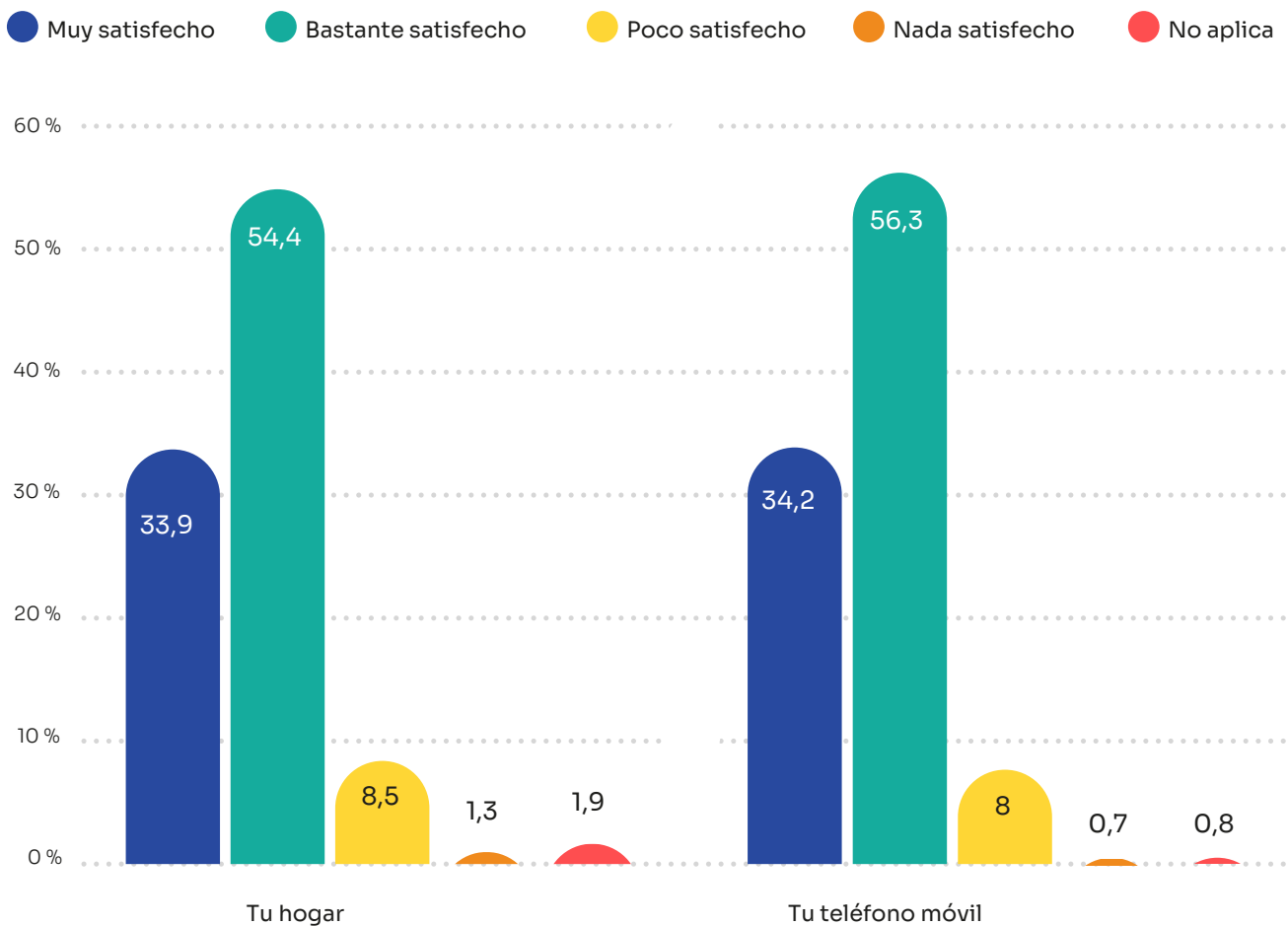
## Satisfacción con la conexión a Internet

Al explorar la percepción de las personas encuestadas sobre la **calidad de sus conexiones a Internet**, se destaca que la gran mayoría experimenta **un alto nivel de satisfacción**. Concretamente, el 88,3% se siente muy satisfecho o bastante satisfecho con la conexión en su hogar,

mientras que el 90,5% reporta niveles similares de satisfacción con su conexión de teléfono móvil. En contraste, un porcentaje reducido, inferior al 10%, indica sentirse poco satisfecho o nada satisfecho con sus conexiones en el hogar y el móvil, siendo estos valores del 9,8% y 8,7%, respectivamente.

Gráfico 3 - La satisfacción con la conexión a Internet

Pregunta: Y, ¿cómo de satisfecho/a estás con la conexión a Internet de...?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 2.3

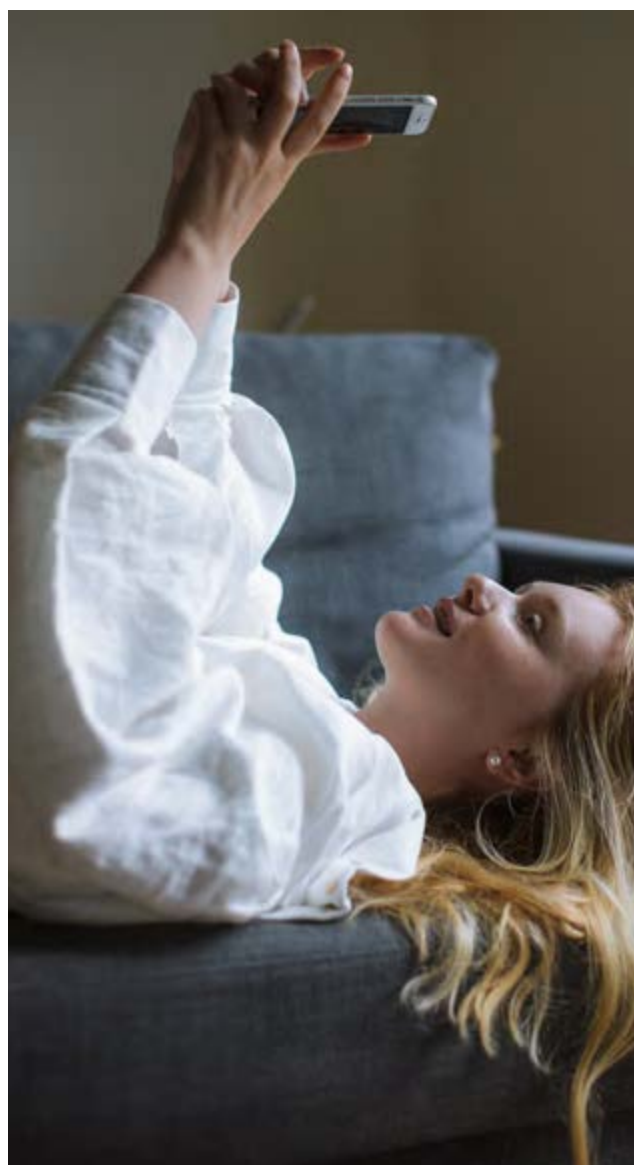
# El uso y la preferencia de Internet

En relación con las actividades realizadas a través de **Internet, la mayoría utiliza** esta herramienta para **buscar información, leer noticias y ver publicaciones en redes sociales**. Un 88,3% lo hace siempre o en ocasiones, cuando resulta más conveniente. Un 6% recurre a Internet únicamente cuando no tiene otra alternativa, mientras que un 5,7% nunca lo utiliza para estas actividades.

Además, más del **80%** hace uso de Internet para **realizar actividades financieras, interactuar con amistades y familiares**, buscar recursos e información para solucionar problemas cotidianos, así como planificar actividades de ocio. Asimismo, alrededor del 70% emplea Internet para comentar y compartir contenido en redes sociales, descargar documentos oficiales de Administraciones públicas, resolver problemas técnicos de sus dispositivos, acceder a información almacenada en bases de datos o registros públicos y realizar compras.

Existen otras actividades que, aunque practicadas por más del 60% de los usuarios, tienen una menor prevalencia: la búsqueda de empleo, el trabajo o estudio en línea, la solicitud de subvenciones o derechos y la presentación de reclamaciones o quejas en las Administraciones públicas. Así mismo, se percibe una mayor reticencia al uso de Internet cuando se trata de acudir a citas médicas o psicológicas y, especialmente, a asistir a charlas o clases: el 54,9% y 47,1%, respectivamente, no han llevado a cabo estas actividades *online* o solo las realizan cuando no disponen de otra opción disponible.

En comparación con el año 2022, se observan leves cambios, especialmente en las actividades relacionadas con las redes sociales<sup>1</sup>: existe una **disminución en el uso frecuente de Internet para comentar publicaciones o subir contenidos en redes sociales** (-3,1 puntos porcentuales), así como para buscar información, leer noticias y ver publicaciones en redes sociales (-5,9 puntos porcentuales). Además, las compras *online* sufren una caída de 2,1 puntos porcentuales.



<sup>1</sup> Según la Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en los Hogares Año 2022 (INE), el uso de redes sociales también disminuyó entre 2021 y 2022: "en cuanto a la participación en redes sociales, el 63,2% de la población de 16 a 74 años ha participado durante los tres últimos meses en las de carácter general (como Instagram, Facebook, Twitter, YouTube...). En 2021 el porcentaje fue del 64,7%".

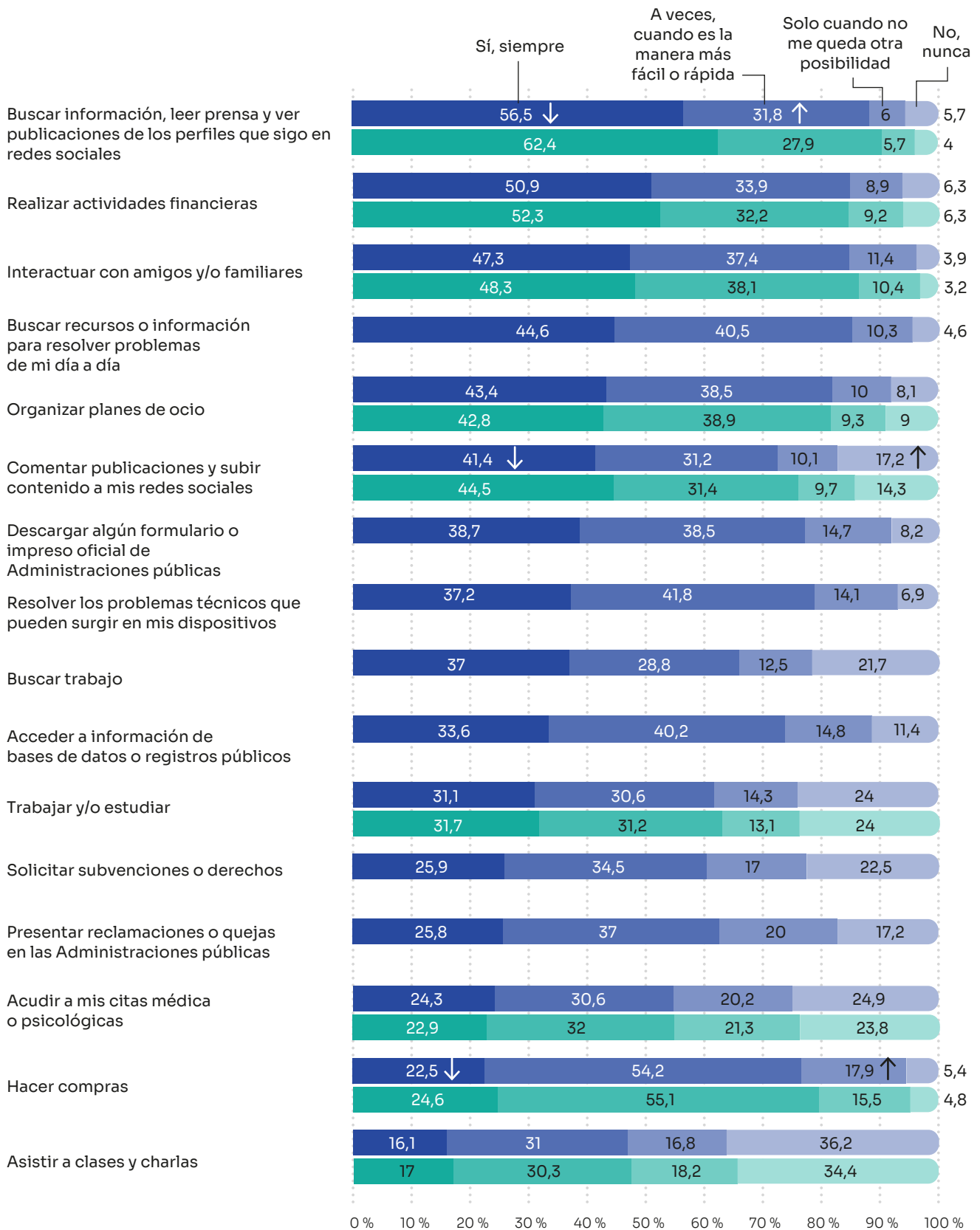
Gráfico 4 - Evolución del uso de Internet

Pregunta: Usas Internet para...

● 2023

● 2022

↑ ↓ Diferencias significativas al 95% entre ambos periodos



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Este año también se preguntaba sobre la autonomía de las personas encuestadas al realizar estas tareas en Internet. La **interacción con amistades y/o familiares** es la actividad en la que **la gran mayoría se siente totalmente autónoma** (83,8%), seguida de **buscar información, leer noticias y ver publicaciones en redes sociales** (80,9%), hacer compras (80,9%) y comentar publicaciones y compartir contenido en esas redes (79,1%). Del mismo modo, más del 70% afirma tener plena autonomía al organizar planes de ocio, asistir a citas médicas o psicológicas, trabajar y/o estudiar, buscar empleo y realizar transacciones financieras en línea.

Sin embargo, se observa que gran parte de las actividades en las que **la población se siente menos autónoma** están relacionadas con la realización de **trámites burocráticos por Internet**. Así, solo el 46,5% de las personas se sienten autónomas a la hora de solicitar subvenciones o derechos y menos del 55% declara sentirse independiente cuando trata de acceder a información de bases de datos o registros públicos o presentar reclamaciones o quejas antes las Administraciones públicas.

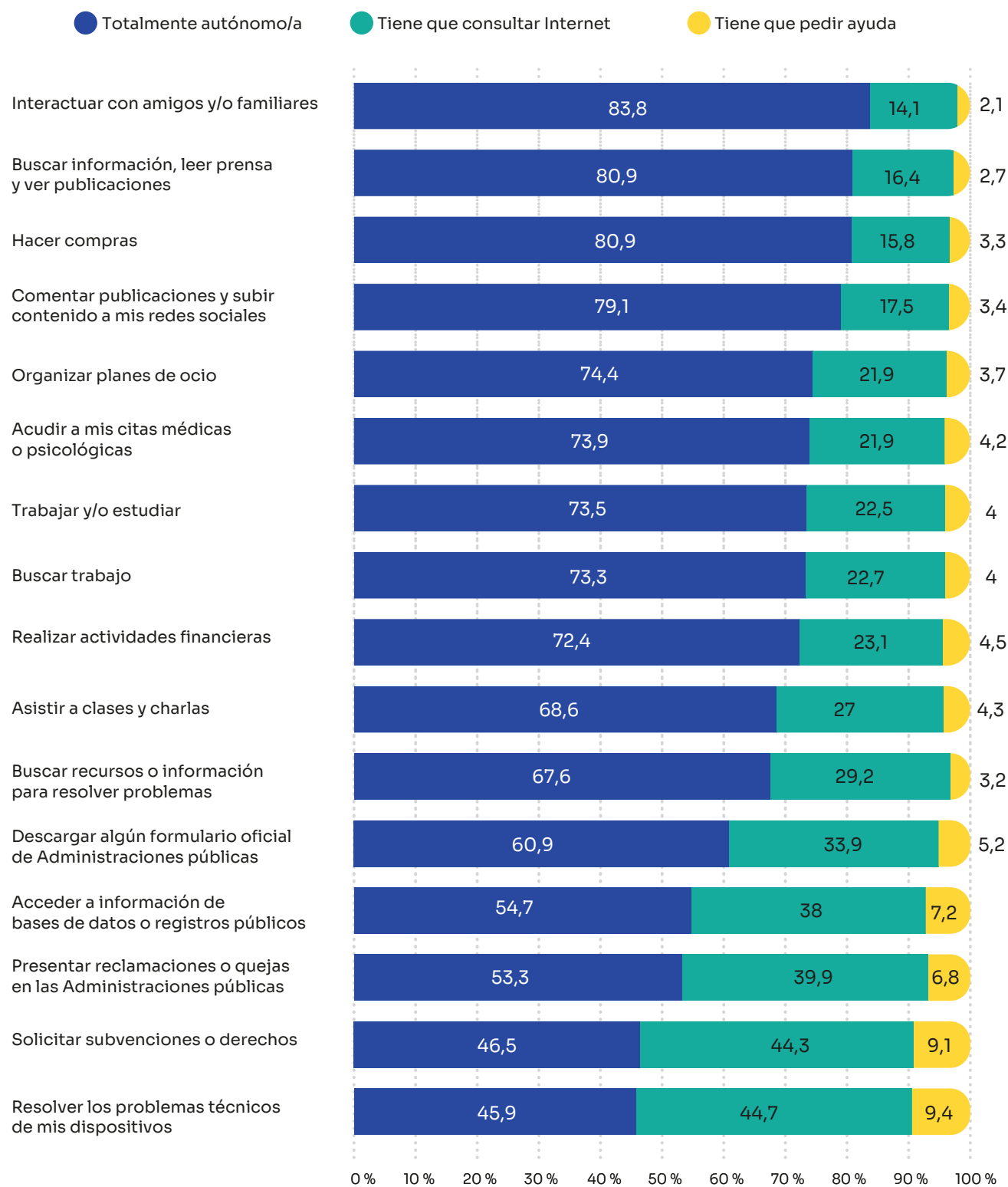
Finalmente, cabe resaltar que la actividad en la que la ciudadanía se siente más dependiente es la de resolver problemas técnicos en sus dispositivos.

## Solo el 46,5% de las personas se sienten autónomas a la hora de solicitar subvenciones o derechos



## Gráfico 5 - El grado de autonomía a la hora de realizar actividades

Pregunta: Y, ¿cómo de autónomo/a te sientes haciendo cada una de las siguientes actividades a través de Internet?



**Base:** Realizan esta actividad por Internet

**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Además de analizar los usos de Internet y el grado de autonomía *online*, en esta edición se volvió a preguntar acerca de las preferencias al realizar una serie de actividades, con opciones de Internet, teléfono o presencial, como se muestra en el gráfico 7.

En esta ola, se observa de nuevo que el **teléfono** es, en todos los casos, el método que se sitúa **a la cola en las preferencias** ciudadanas.

Cuando se trata de llevar a cabo **actividades financieras y de organización, la mayoría elige utilizar Internet**. Sin embargo, a la hora de **vivir experiencias interactivas**, y no simplemente llevar a cabo un trámite, **la preferencia** recae en **el contacto cara a cara**.

Por consiguiente, pagar los impuestos o presentar la declaración de la renta son tareas que más de dos tercios de la población (68,7%) prefiere hacer en línea. Ocurre lo mismo con la organización de los planes de ocio (67%), la realización de actividades financieras (66,4%) y, en menor medida, con la ejecución de trámites burocráticos (59,3%).

En cambio, cuando se trata de asistir a clases o actividades de formación (56%), hacer compras (59,3%) y trabajar o estudiar (61,7%), la mayoría prefiere hacerlo de forma presencial. Asimismo, más de tres cuartas partes optan por asistir a citas médicas o psicológicas de forma presencial (77,8%) y tener conversaciones cara a cara con amigos o familiares (77,3%).

Por último, es importante señalar que no se observan diferencias significativas en las preferencias de modalidad al realizar ciertas actividades entre un año y el siguiente, a excepción de las **actividades financieras**, donde la **preferencia por realizarlas en línea ha aumentado en 8,5 puntos porcentuales**.

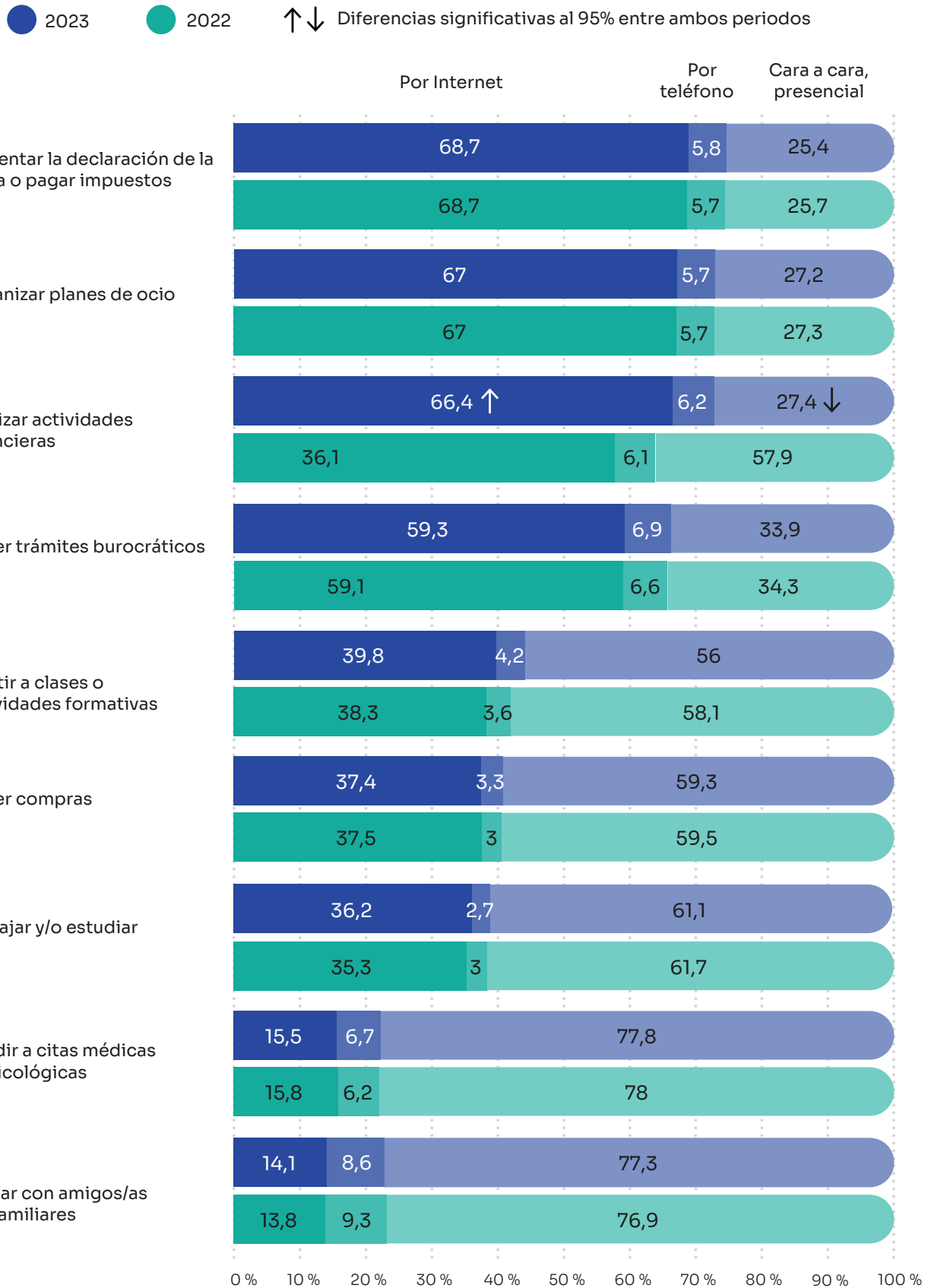


La preferencia por realizar actividades financieras en línea ha aumentado en 8,5 p.p.



### Gráfico 6 - Evolución de la preferencia en la realización de actividades

Pregunta: Y, en general, ¿cómo prefieres o preferirías realizar las siguientes actividades?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



## 2.4

### El uso de Internet entre los más jóvenes

Los resultados de esta ola respaldan nuevamente **la opinión mayoritaria de que los niños y niñas pasan demasiado tiempo utilizando dispositivos tecnológicos** en lugar de participar en otras actividades: el 84,4% está muy o bastante de acuerdo con que los y las menores dedican excesivo tiempo a usar ordenadores o teléfonos móviles, con consecuencias perjudiciales para su salud, que se reflejarían en problemas como la obesidad infantil, la ansiedad y la miopía.

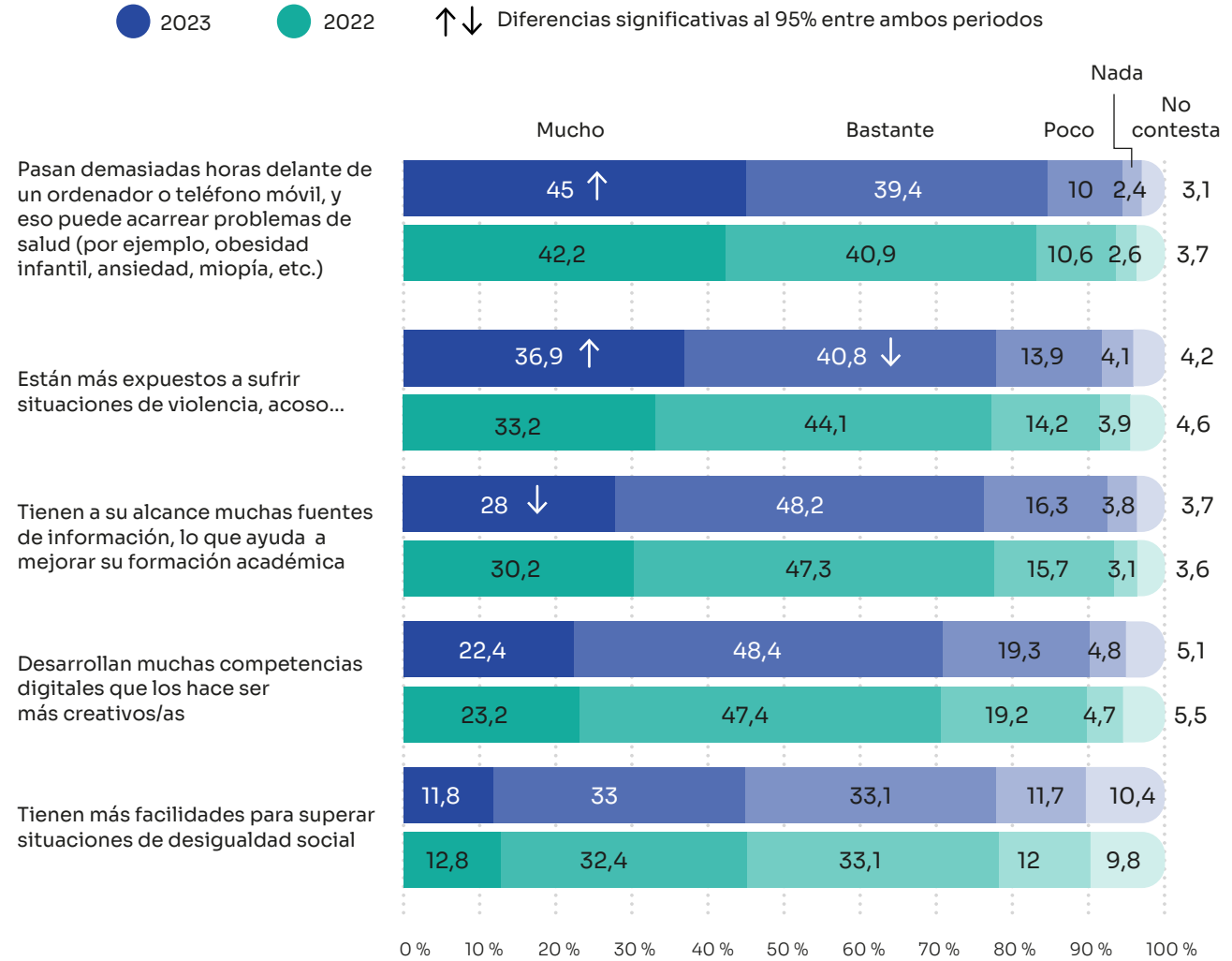
Además, una gran mayoría cree que los niños y las niñas corren **un mayor riesgo de experimentar situaciones de violencia o acoso debido al uso de Internet** y las tecnologías (77,7%). Es importante destacar que el porcentaje de personas que está completamente de acuerdo con esta afirmación ha aumentado en 3,7 puntos porcentuales.

El 84,4% de las personas está de acuerdo con que los y las menores están dedicando excesivo tiempo a utilizar ordenadores o teléfonos móviles, con consecuencias perjudiciales para su salud




### Gráfico 7 - Evolución de la percepción de los riesgos y beneficios de Internet entre los más jóvenes

Pregunta: Independientemente de que seas padre o madre, ¿estás de acuerdo con que, debido a Internet, los/as niños/as de hoy en día...?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



En cuanto a los efectos del uso de Internet en la infancia, **la sociedad reconoce algunos beneficios**. El 76,2% (en comparación con el 77,5% en 2022) cree que, gracias a la red, **los/as niños/as** de hoy tienen **acceso a diversas fuentes de información que contribuyen a mejorar su educación**. Además, el 70,8% opina que el uso de Internet les ayuda a desarrollar habilidades digitales que fomentan su creatividad.

Sin embargo, existe una división de opiniones en cuanto a si Internet proporciona a los/as niños/as mayores oportunidades para superar situaciones de desigualdad social: mientras que el 44,8% cree que sí, el mismo porcentaje responde de manera negativa.

Por último, **las diferencias respecto a 2022 parecen reflejar que la sociedad se muestra más crítica con la influencia de Internet sobre la infancia**: aumenta el porcentaje que percibe riesgos, tanto en términos de problemas de salud como de situaciones de acoso, y cae la proporción que aprecia beneficios, como la ayuda que supone Internet para mejorar la formación académica.

## 2.5

### Las redes sociales

**WhatsApp sigue siendo la aplicación más popular** y es utilizada por prácticamente la totalidad de la población, manteniendo su posición como líder indiscutible: un 79% la utiliza varias veces al día. **YouTube se mantiene en segundo lugar en cuanto a usuarios**, ya que solo el 5,6% de las personas nunca la utiliza. No obstante, únicamente el 28,6% declara acceder a esta plataforma en varias ocasiones durante el día. En contraste, **Instagram (35,7%)** y **Facebook (30,6%)**, a pesar de contar con menos usuarios, son redes **utilizadas con mayor frecuencia**.

Por otro lado, más del 50% de la población utiliza otras redes sociales como TikTok, Twitter y Telegram, aunque su alcance es menor y su frecuencia de uso también es más baja, especialmente en Twitter y Telegram. Por último, Twitch y LinkedIn son las redes menos populares: un 67,4% de las personas no utiliza Twitch

y un 51,8% no está registrado en la red profesional LinkedIn.

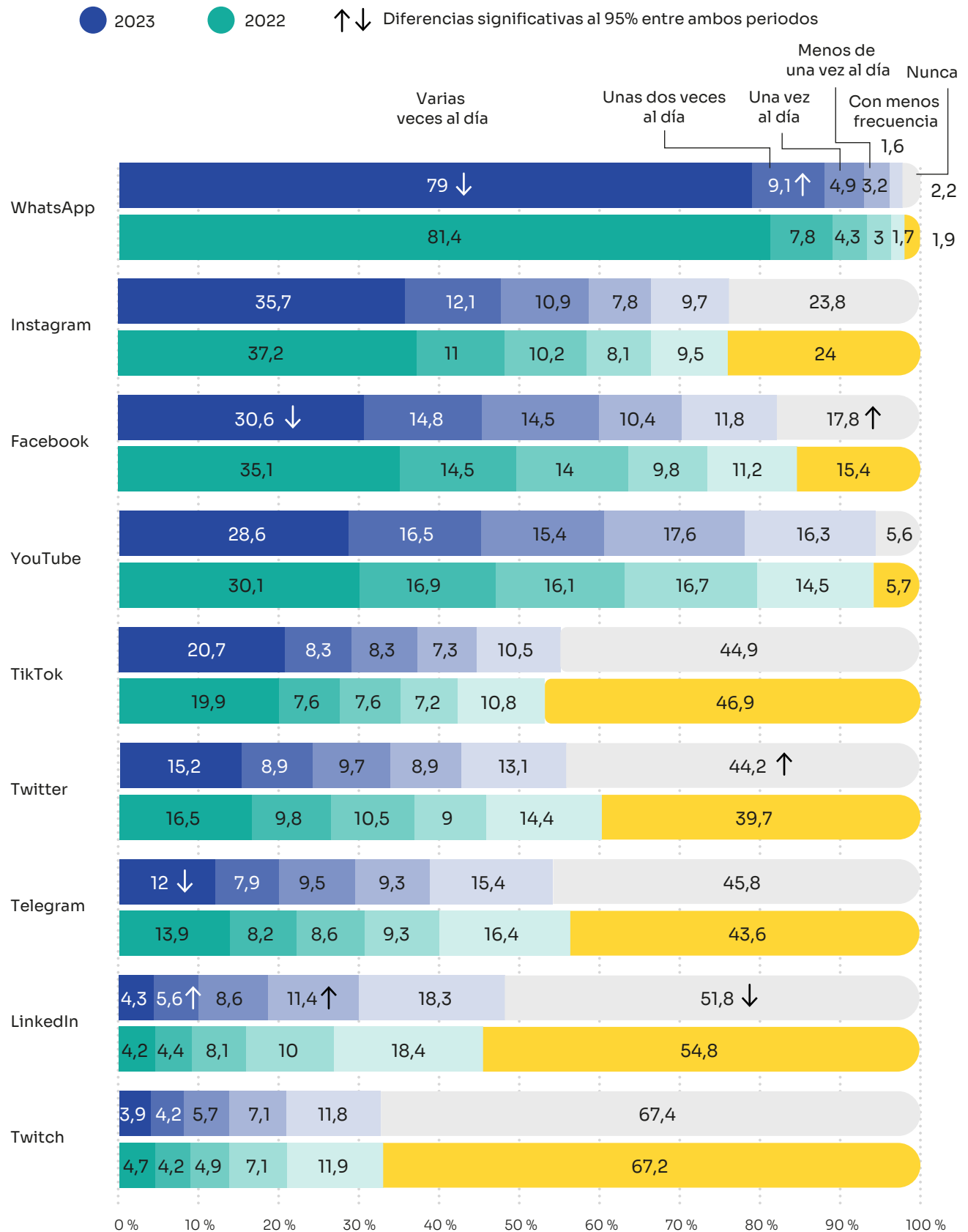
En relación con el año 2022, **se han registrado caídas notables en el uso de ciertas redes sociales**: el porcentaje de personas que utilizan **WhatsApp, Facebook y Telegram** varias veces al día ha disminuido en 2,4 puntos porcentuales, 4,5 puntos porcentuales y 1,9 puntos porcentuales, respectivamente. Además, se observa un aumento en el número de personas que no utilizan Facebook (2,4 puntos porcentuales) y Twitter (4,5 puntos porcentuales). Por último, el uso de LinkedIn es el único que ha experimentado un incremento relevante (1,8 puntos porcentuales en el uso diario y 1,4 puntos porcentuales en el uso no diario).

Por último, las personas encuestadas afirman dedicar cerca de **3 horas y 7 minutos al día a las redes sociales**.



### Gráfico 8 - Evolución del uso de las redes sociales

Pregunta: ¿Con qué frecuencia visitas/usas\_\_\_?

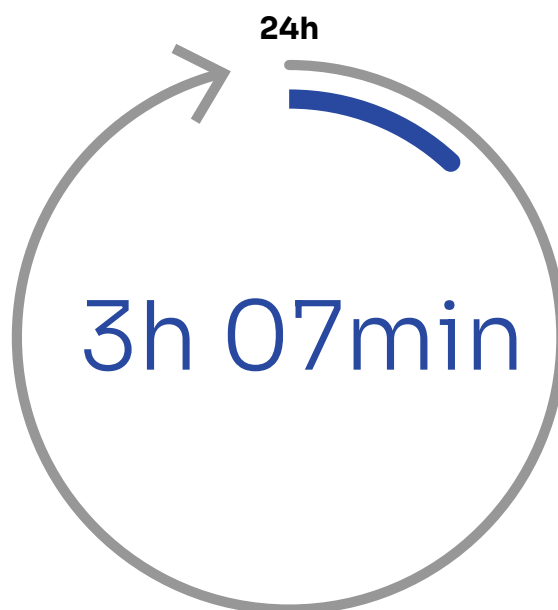


Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



Gráfico 9 - **Media de horas dedicadas a las redes sociales**

Pregunta: En un día normal, ¿cuánto tiempo dedicas a las redes sociales?

Media de uso de las  
redes sociales**Base:** Usan redes sociales**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

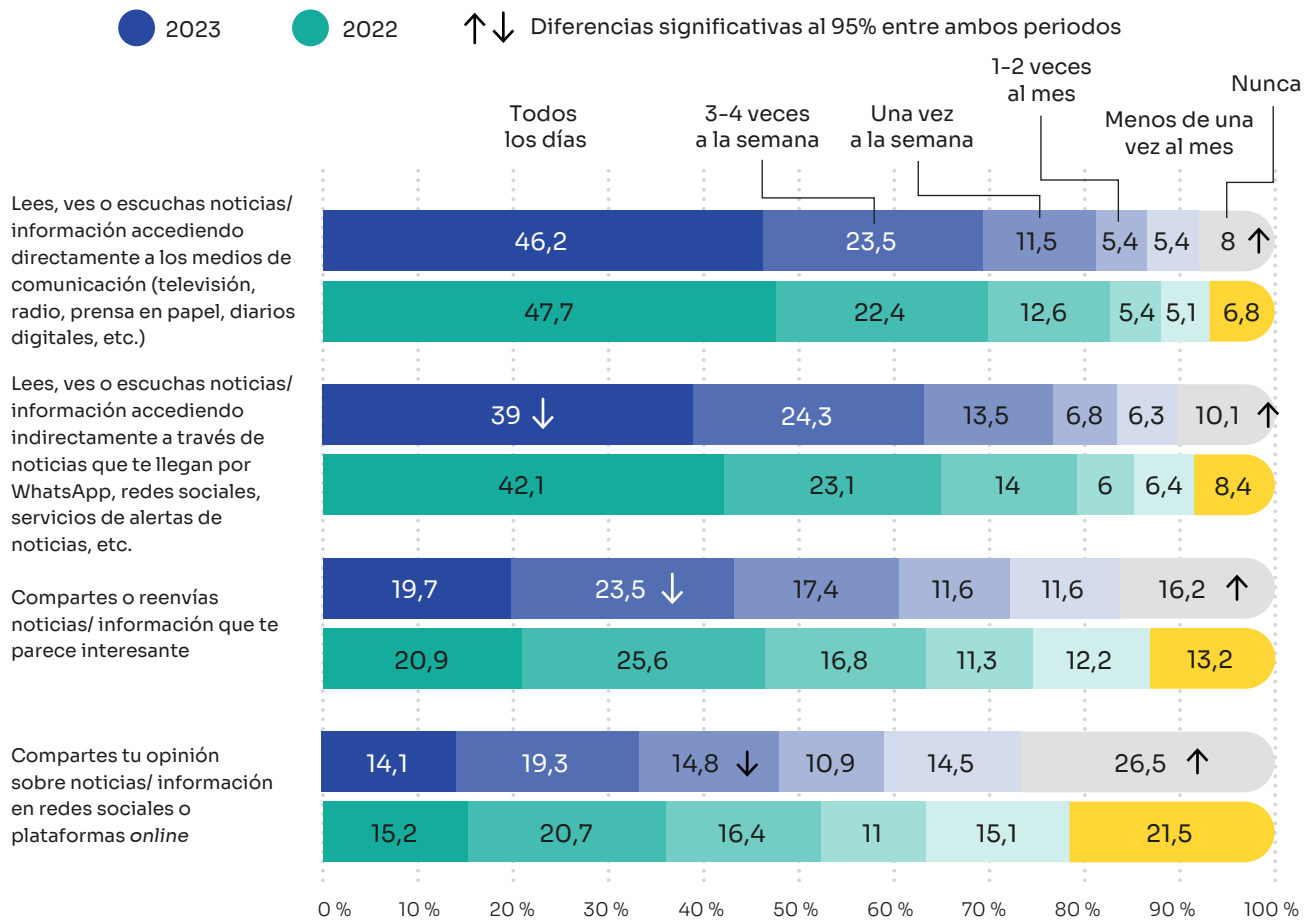
La **gran mayoría** (81,2%) se sigue manteniendo **informada** al menos una vez a la semana **mediante el consumo** directo de **noticias o información a través de medios de comunicación** (televisión, radio, prensa en papel, diarios digitales, etc.). La segunda forma más popular de acceder a la información es mediante el uso de WhatsApp, redes sociales o servicios de alerta (76,8%).

En consonancia con la caída en la práctica de ciertas actividades relacionadas con **las redes sociales** mencionada anteriormente, también se observa un **aumento** de 1,7 puntos porcentuales en el número de personas que declaran **no utilizar estos canales** para **acceder a la información** (10,1%). Esta disminución en el uso de las redes sociales también ha llevado a una reducción en la frecuencia de compartir noticias o información (-2,7 puntos porcentuales) y expresar puntos de vista en las redes sociales (-4,1 puntos porcentuales). Asimismo, el porcentaje de usuarios que nunca participan en estas actividades ha aumentado en 3 y 5 puntos porcentuales, respectivamente.

La disminución en el uso de las redes sociales ha llevado a una reducción en la frecuencia de compartir noticias o información

## Gráfico 10 - Evolución de las actividades en redes sociales

Pregunta: Y, ¿con qué frecuencia realizas las siguientes actividades en redes sociales?



Base: Utilizan redes sociales en alguna ocasión

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

**La población que opta por mantenerse alejada de las redes sociales**, que continúa siendo **mínima** (1,8% en 2023, +0,4 puntos porcentuales respecto a 2022), sigue **justificando su comportamiento** principalmente por la falta de interés. El 62% de los encuestados elige esta opción, aunque este porcentaje ha experimentado una notable disminución en comparación con 2022 (-12,9 puntos porcentuales). La segunda explicación más común continúa siendo el aburrimiento (38,7%).

Por otro lado, la desconfianza también destaca como una razón prevalente para no usar las redes sociales. Hay falta de confianza en cuanto a los contenidos compartidos (37,4%), la posibilidad de mantener la privacidad en estos medios (33,5%) e incluso preocupación por el robo de información personal (13,7%).

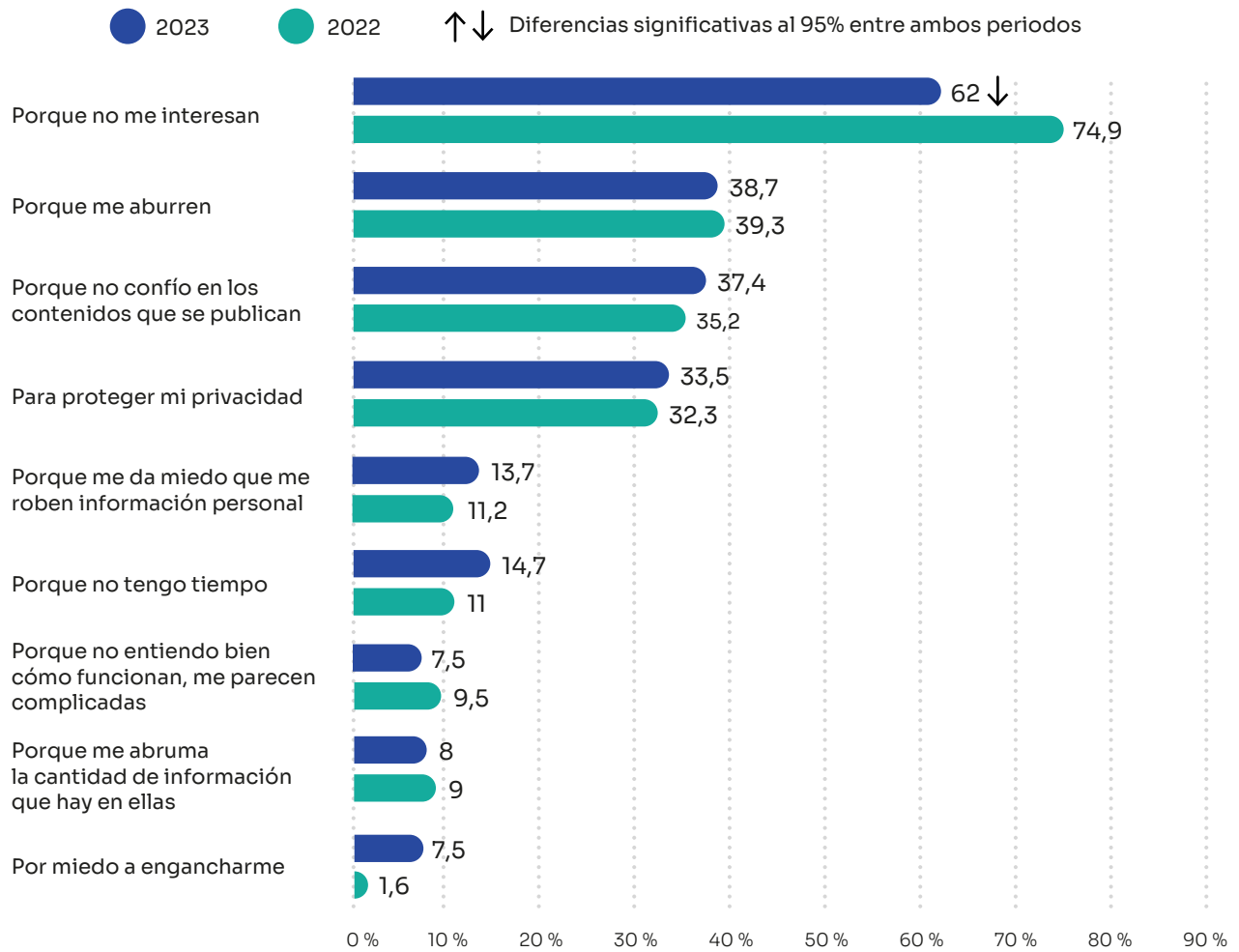
Además, existen razones menos frecuentes que están relacionadas con la falta de tiempo para dedicar a las redes sociales (14,7%), la dificultad para comprender el funcionamiento de estas plataformas (7,5%), la sensación de estar abrumado/a por la cantidad de información disponible (8%) y el temor a desarrollar una adicción o dependencia (7,5%).

## La desconfianza destaca como una razón prevalente para no usar las redes sociales



## Gráfico 11 - Evolución de los motivos para no usar redes sociales

Pregunta: Señala hasta tres motivos por los que no utilizas redes sociales.

**Base:** Nunca utilizan redes sociales o solo utilizan WhatsApp o Telegram**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 03

# La percepción de Internet y la tecnología

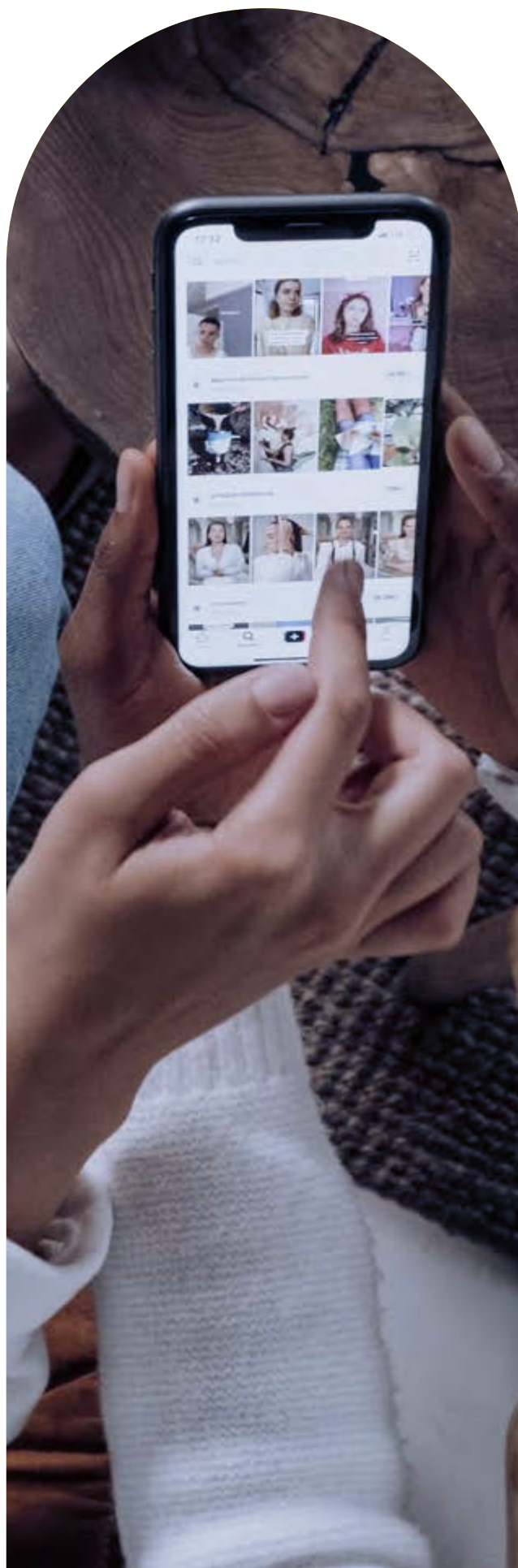
## 3.1

## La percepción de Internet y la tecnología en la sociedad

Al consultar a las personas sobre sus **opiniones acerca de Internet y las tecnologías**, se sigue observando que **quienes resaltan los beneficios superan a aquellos que señalan problemas** o deficiencias. La gran mayoría de la población cree que **puede adaptarse a las demandas de la digitalización para llevar a cabo tareas** como gestionar operaciones bancarias, interactuar con la Administración pública o acceder a servicios de salud (83,5%). Además, se ha reducido el porcentaje de personas que se consideran poco capacitadas en este aspecto (-1,5 puntos porcentuales).

Sin embargo, son menos que hace un año las personas que sienten que están al día de los avances tecnológicos y muestran interés en mantenerse informadas y adquirir nuevos productos tecnológicos (57,2%, en comparación con el 61,2% en 2022).

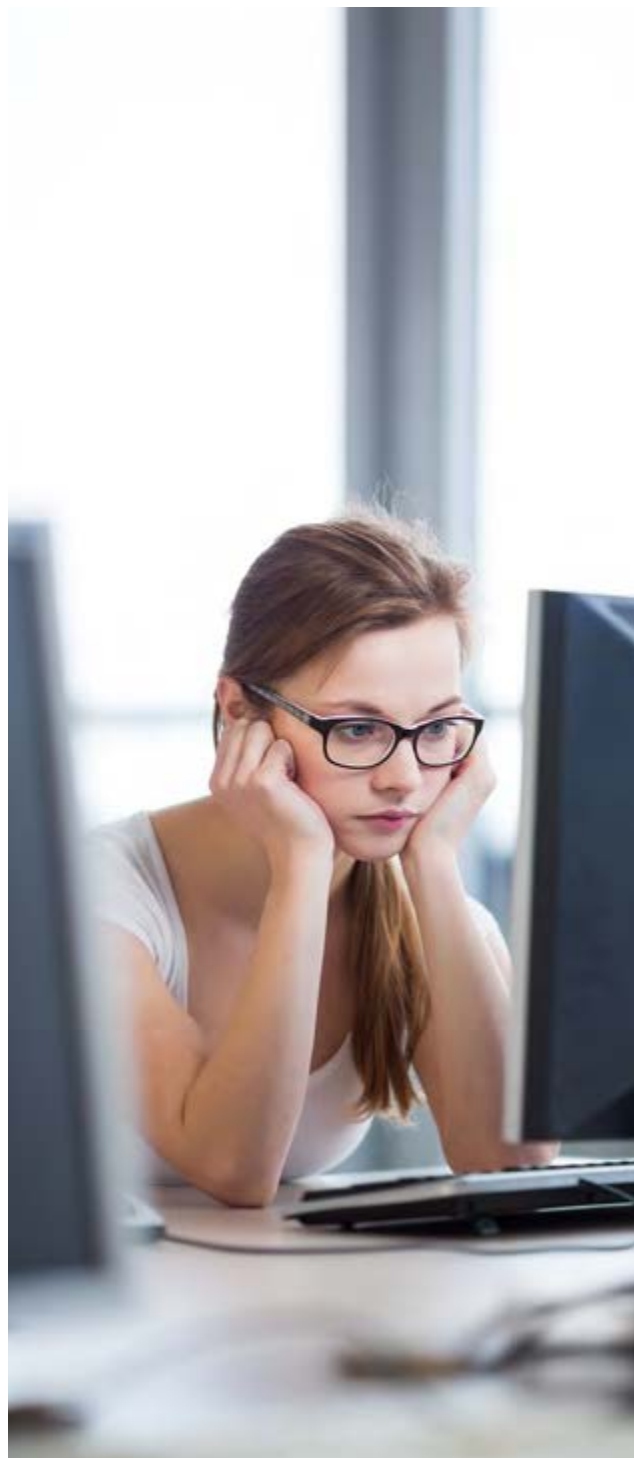
Se ha reducido el número de personas que se consideran poco capacitadas digitalmente



Por otro lado, más de tres cuartas partes de las personas utilizan Internet y las tecnologías como una forma de evadirse y relajarse (75,2%), aunque un **porcentaje considerable, y más en este último año, declara que es esencial desconectarse del mundo digital** de vez en cuando (61,4%, un aumento de 2 puntos porcentuales). Por lo tanto, a pesar de utilizar Internet para desconectar, la ciudadanía también reconoce la importancia de tomarse pausas y limitar su exposición a la tecnología. A pesar de que hay un deseo de desconexión, el 36,9% reconoce tener dificultades para desconectarse de Internet, aunque esta cifra ha disminuido en 3,8 puntos porcentuales. Esto sugiere que actualmente hay una **mayor necesidad de desconexión y la sociedad encuentra menos dificultades para lograrlo**. Aun así, cuando las personas logran desconectarse, alrededor de un tercio de ellas dice experimentar emociones negativas.

**Un porcentaje significativo (48,4%) manifiesta inquietud por la seguridad de sus datos personales con relación a Internet.** Un aspecto adicional de preocupación es la percepción de que Internet ocupa mucho tiempo, con un 42,4% de acuerdo con esta afirmación. Sin embargo, ha habido un aumento de 2,5 puntos porcentuales en el número de personas que están poco de acuerdo con esta idea.

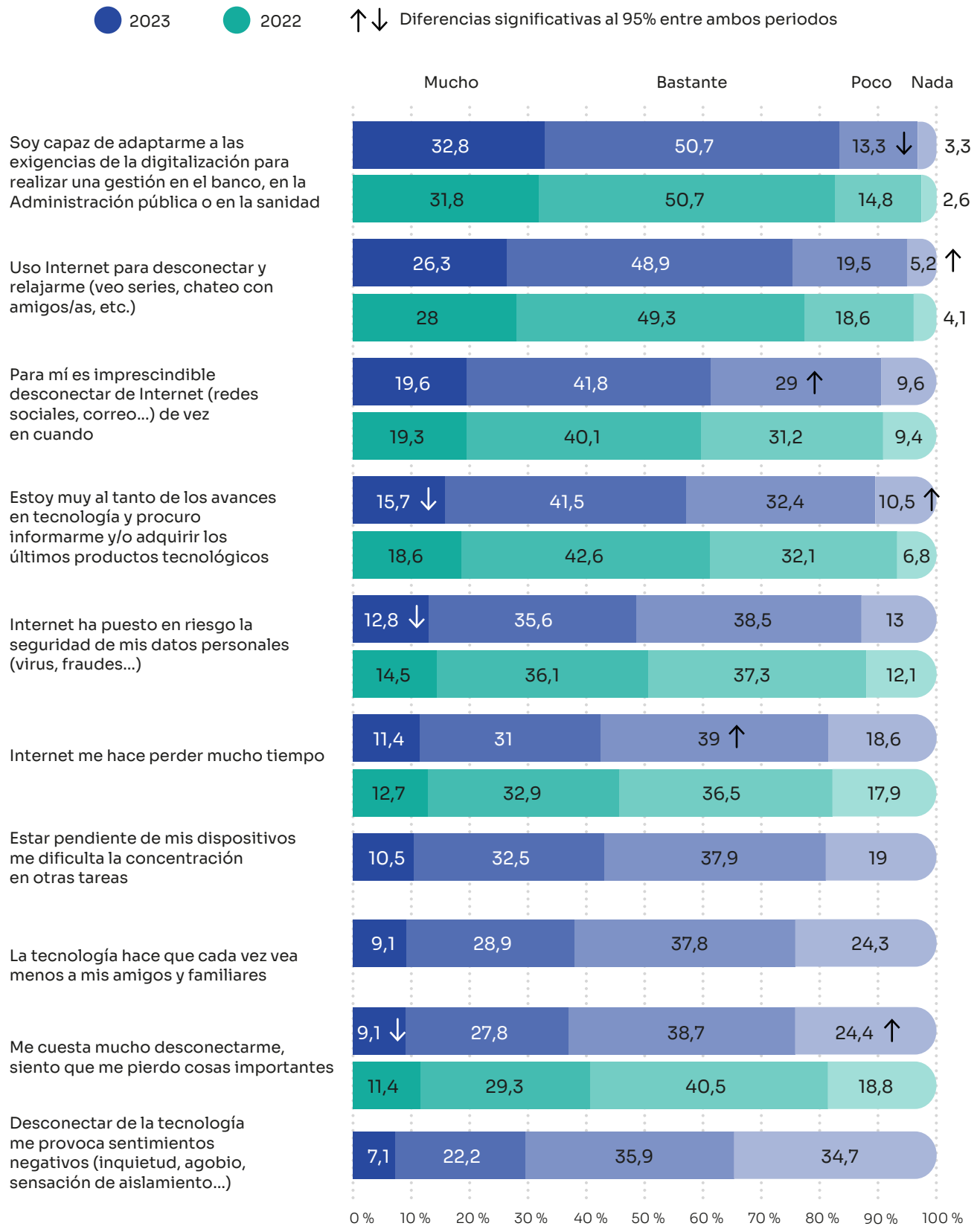
Adicionalmente, alrededor del 40% de la población comparte la opinión de que la tecnología está provocando una disminución en el tiempo pasado con amigos y/o familiares, así como una reducción en la capacidad de concentración. **Estas afirmaciones reflejan una preocupación generalizada sobre los efectos negativos de la tecnología en las relaciones personales y la atención.**



**El 36,9% de la ciudadanía reconoce tener dificultades para desconectarse de Internet**

## Gráfico 12 - Evolución de la adaptación a Internet y las tecnologías

Pregunta: ¿En qué medida te identificas con cada una de las siguientes afirmaciones?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

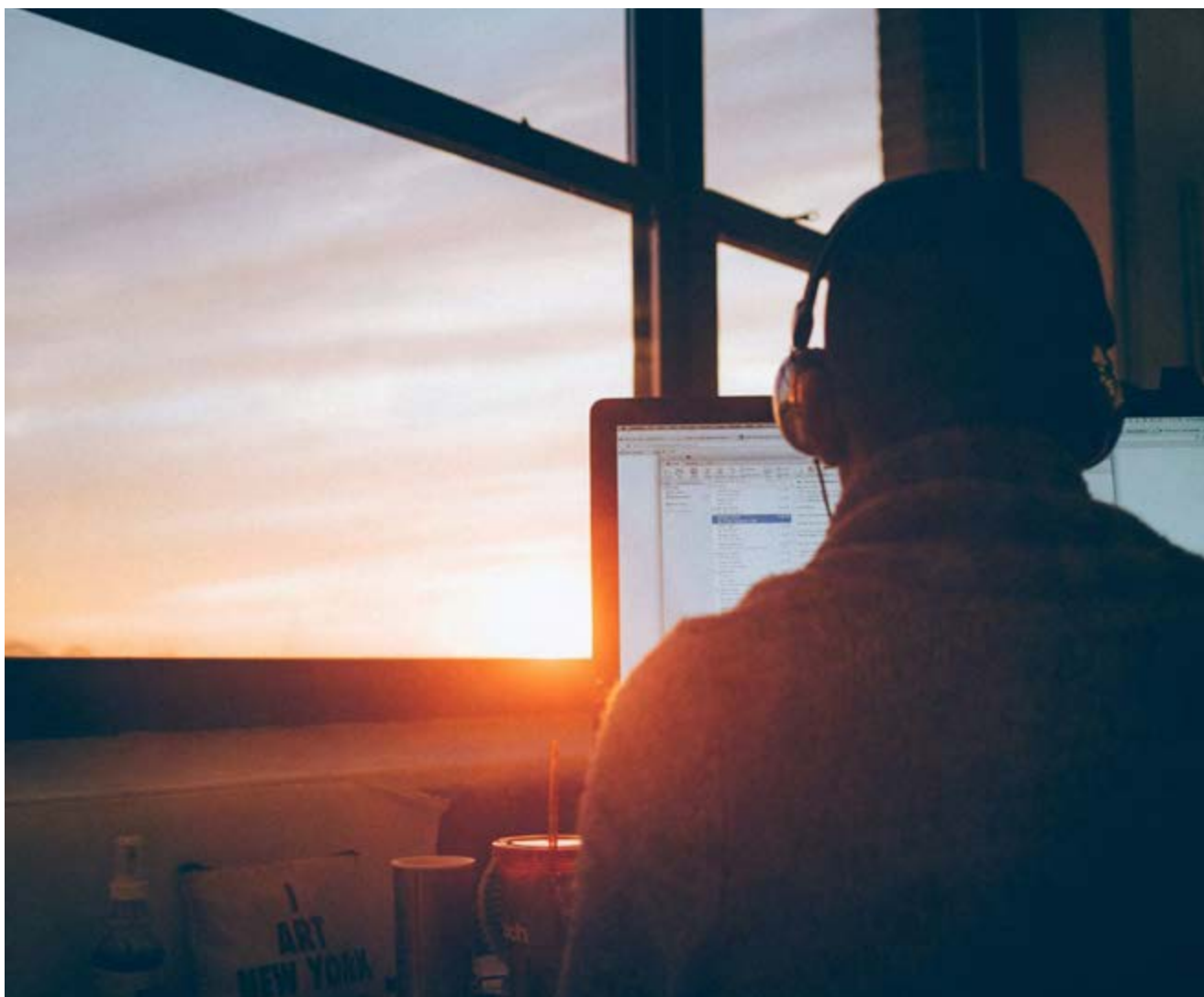


Al estudiar el **impacto de Internet** en la sociedad, se evidencia una percepción generalizada de que la red ha **ampliado** de manera considerable **la variedad de canales de información disponibles** (76%), **ha optimizado y agilizado los servicios administrativos** (74,3%) y ha facilitado el acceso a la cultura (73,5%). No obstante, con relación a esta última afirmación, se observa un incremento en el número de personas que no tienen una postura clara al respecto (+3 puntos porcentuales).

Por otro lado, también se identifican aspectos negativos. **Más del 60,5% de la población reconoce que Internet distribuye contenido perjudicial para las personas**, y aproximadamente el 50,6% sostiene que en Internet se forman comunidades poco diversas, donde existe una tendencia a relacionarse y agruparse con individuos similares.

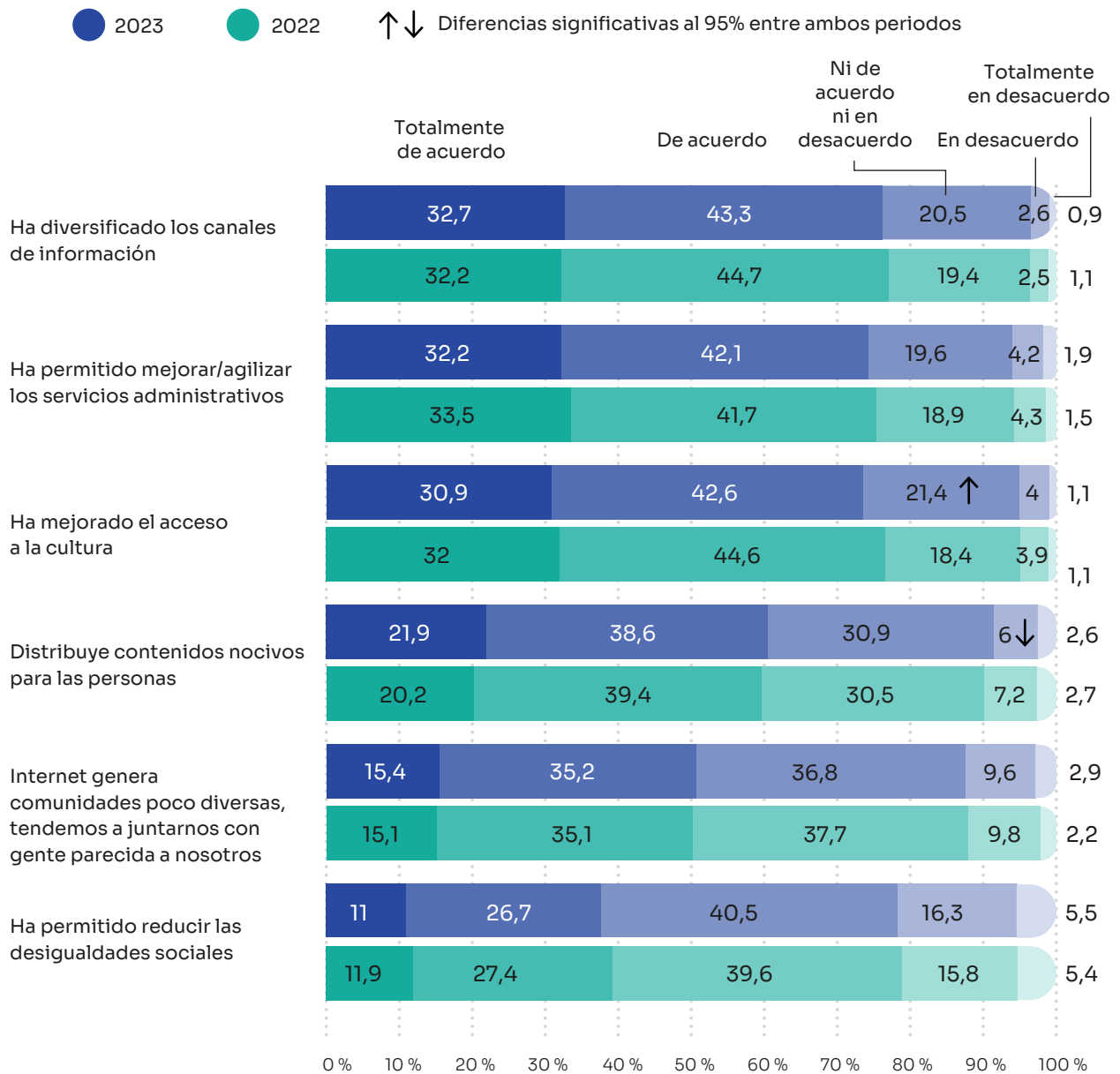
En última instancia, solo un 37,7% de las personas encuestadas afirma que Internet ha contribuido a la reducción de las desigualdades sociales. Esto puede atribuirse a la persistencia de ciertas brechas digitales, la falta de habilidades digitales, los sesgos en los contenidos y la falta de conocimiento sobre cómo aprovechar los beneficios de Internet.

Solo un 37,7% de las personas encuestadas afirma que Internet ha contribuido a la reducción de las desigualdades sociales



## Gráfico 13 - Evolución del avance de Internet y las tecnologías

Pregunta: Y si pensamos en el impacto social de Internet y las tecnologías, ¿en qué medida estás de acuerdo con las siguientes frases?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

La tecnología ha desempeñado un papel fundamental en la reducción del tiempo y el esfuerzo requeridos en muchas actividades. La automatización, el acceso instantáneo a la información, la mejora de la productividad y la simplificación de ciertas transacciones son solo algunos de los beneficios que, en este sentido, la tecnología ha proporcionado. Como resultado, una

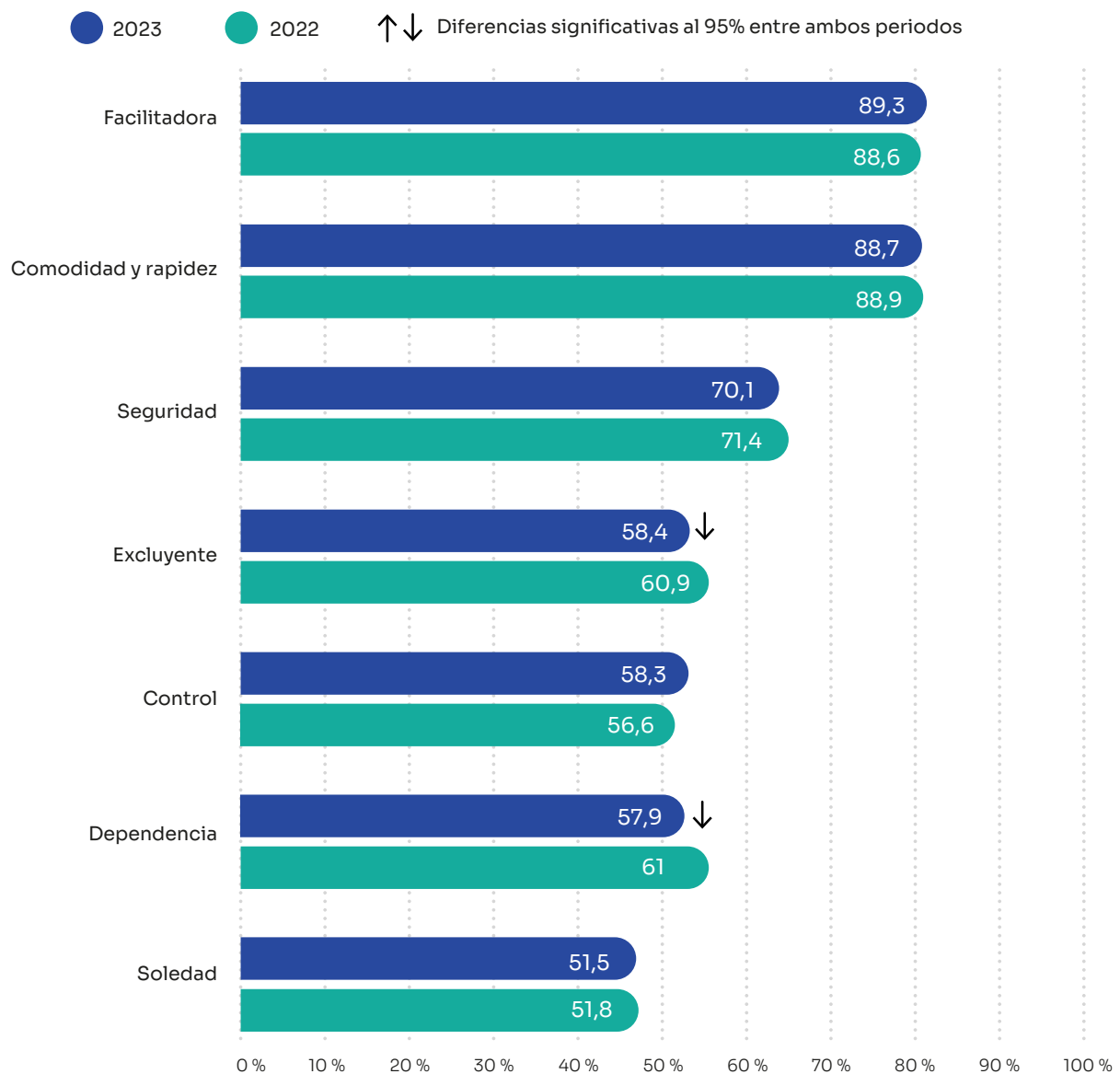
**abrumadora mayoría** de la ciudadanía **asocia a las tecnologías atributos como la capacidad de facilitar actividades, servicios y transacciones (89,3%) y la comodidad y rapidez (88,7%)**. A pesar de las preocupaciones previas sobre la seguridad de los datos personales, todavía existe una mayoría (70,1%) que considera que las tecnologías proporcionan beneficios en términos de seguridad.

En contraste, el 57,9% de la población reconoce que existe una dependencia generada por la tecnología. No obstante, es importante destacar que este porcentaje ha experimentado una disminución (-3,1 puntos porcentuales). De manera similar, un porcentaje cercano al 58,4% considera

que el uso de la tecnología puede generar exclusión, aunque también este porcentaje ha disminuido, en 2,5 puntos. Además, el 58,3% de las personas encuestadas sostiene que las tecnologías ejercen un control social, mientras que el 51,5% opina que pueden inducir sentimientos de soledad.

## Gráfico 14 - Evolución de los atributos de Internet y las tecnologías

Pregunta: Si piensas en la tecnología, ¿qué atributos se te vienen a la cabeza?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



En la era digital actual, **el uso omnipresente de las tecnologías** ha revolucionado la forma en que vivimos, trabajamos y nos relacionamos. Sin embargo, este elevado uso también ha generado preocupaciones sobre las posibles **consecuencias negativas para nuestra salud física y mental**, pues se asocia con problemas como la fatiga visual, el sedentarismo y dolores posturales y de cabeza. Además, la presión constante de estar siempre conectados y la sobreexposición a la información y los estímulos digitales pueden generar estrés, ansiedad y adicción. De hecho, alrededor de dos tercios de la población experimenta síntomas de fatiga visual (68,7%, un aumento de 1 punto porcentual) o malestar postural (64,1%) debido al uso frecuente de tecnologías en el trabajo, el ocio y la comunicación.

Además, más de la mitad (55,8%) sufre dolores de cabeza debido al uso de tecnologías. Un porcentaje comparable declara tener un estilo de vida sedentario, es decir, llevar una vida con niveles reducidos de actividad física. La creciente importancia del sector servicios en la economía ha llevado a un incremento en el número de personas que pasan gran parte de su jornada laboral sentadas frente a un ordenador. En este

sector, donde la información y la comunicación son fundamentales, el uso extensivo de tecnologías y dispositivos electrónicos es necesario para llevar a cabo las tareas diarias.

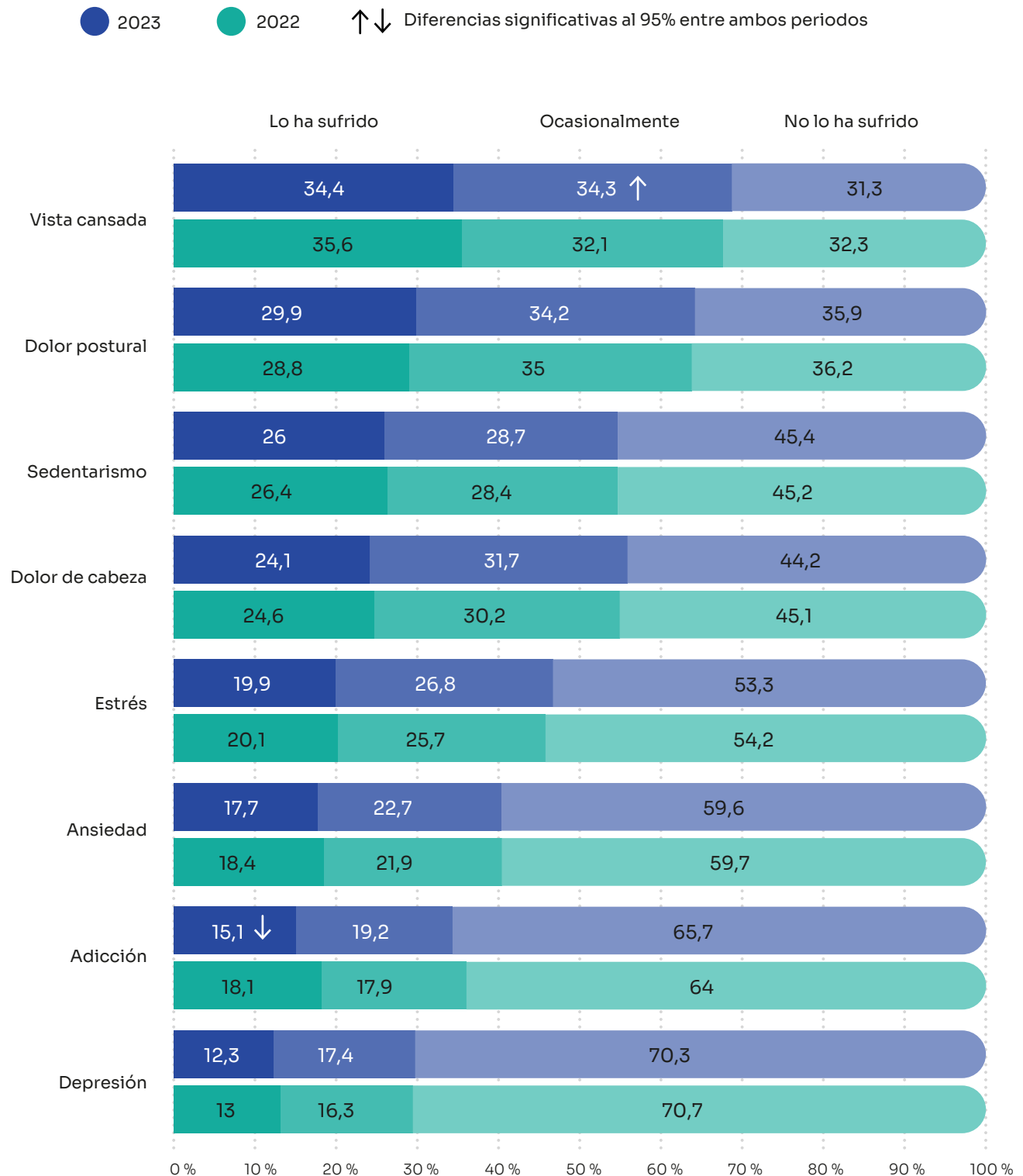
Por otro lado, el estrés (46,7%) y la ansiedad (40,4%) son menos comunes, pero aún afectan a una parte considerable de la población. Por último, en cuanto a la adicción a las tecnologías y la depresión relacionada con su uso, son problemas de mayor gravedad que impactan a una parte reducida de la población. Sin embargo, las cifras siguen siendo motivo de inquietud, ya que un 34,3% de las personas sufren de adicción (con una disminución de 1,7 puntos porcentuales), mientras que un 29,7% experimenta depresión.

Es importante resaltar que, como ya se ha mencionado anteriormente, **ahora existe una menor dificultad para desconectarse de la tecnología** (-3,8 puntos porcentuales), lo que parece estar **vinculado con una menor asociación de esta con la dependencia** (-3,1 puntos porcentuales) y una disminución en los niveles de adicción (-1,7 puntos porcentuales). Por lo tanto, parece haber una mayor sensación de control y bienestar en el uso de la tecnología.



## Gráfico 15 - Evolución de las consecuencias negativas de la tecnología en la salud

Pregunta: Muchas investigaciones apuntan a algunas consecuencias negativas del uso de las tecnologías en nuestra salud, ¿padeces algunas de ellas?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

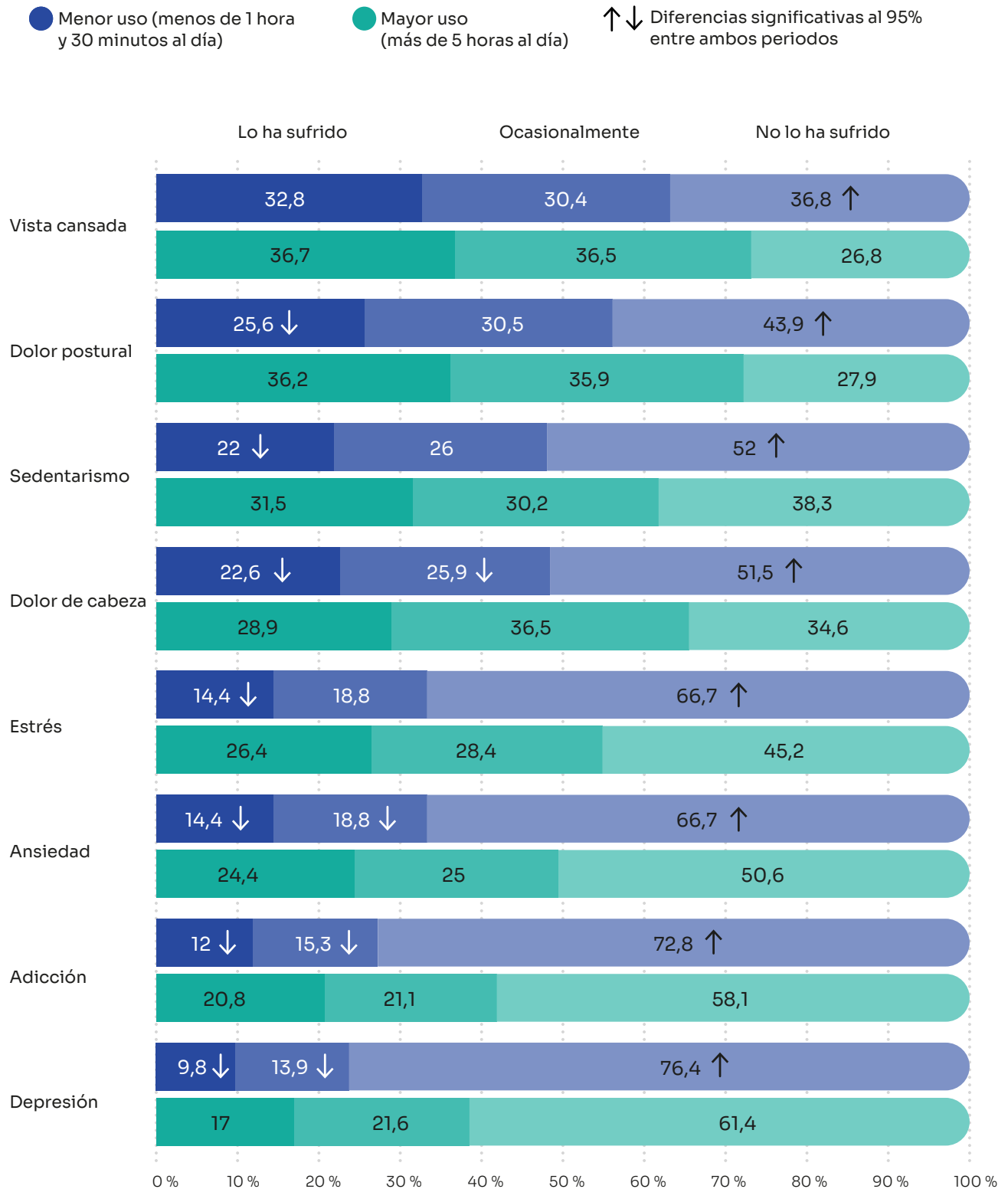
Al comparar las **consecuencias negativas del uso de las tecnologías en función de la intensidad del uso de dispositivos tecnológicos, se observa claramente que aquellas personas que hacen un uso más intensivo** (pasan, de media, fuera de su horario laboral y de estudio, más de 5 horas al día usando dispositivos<sup>2</sup>) **sufren significativamente más dolencias físicas** (fatiga visual, dolor postural, dolores de cabeza, etc.) **y mentales** (estrés, ansiedad, adicción o depresión) **que aquellas que hacen un uso limitado.**



<sup>2</sup> Las personas que hacen un mayor uso de los dispositivos tecnológicos corresponden al 25% de la muestra total que más los usa, lo que supone un tiempo superior a 5 horas al día. Las personas que hacen un menor uso corresponden al 25% de la muestra que menos los usa, lo que supone un tiempo inferior a 1 hora y 30 minutos.

### Gráfico 16 - Consecuencias negativas de la tecnología en la salud por intensidad de uso de los dispositivos tecnológicos

Pregunta: Muchas investigaciones apuntan a algunas consecuencias negativas del uso de las tecnologías en nuestra salud, ¿padeces algunas de ellas?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 04

# Ética y seguridad en Internet

## 4.1

## Los peligros de Internet

En el mundo digital actual, Internet ha proporcionado una plataforma sin precedentes para la comunicación y el intercambio de información. Sin embargo, también ha dado lugar a una serie de peligros y desafíos. Uno de los **riesgos más destacados es la propagación de noticias falsas** que pueden **distorsionar la realidad y tener un impacto negativo en la opinión pública**. Además, Internet ha **facilitado el acoso en línea**, que puede causar daño emocional y psicológico a las personas afectadas. Asimismo, **la proliferación de discursos de odio y los insultos en línea** han generado un entorno tóxico y divisivo en algunos espacios virtuales.

**La sociedad sigue mostrando una postura crítica hacia la forma en que se utiliza Internet.**

La gran mayoría (86,5%) percibe que los **bulos y las noticias falsas son frecuentes en la red**.

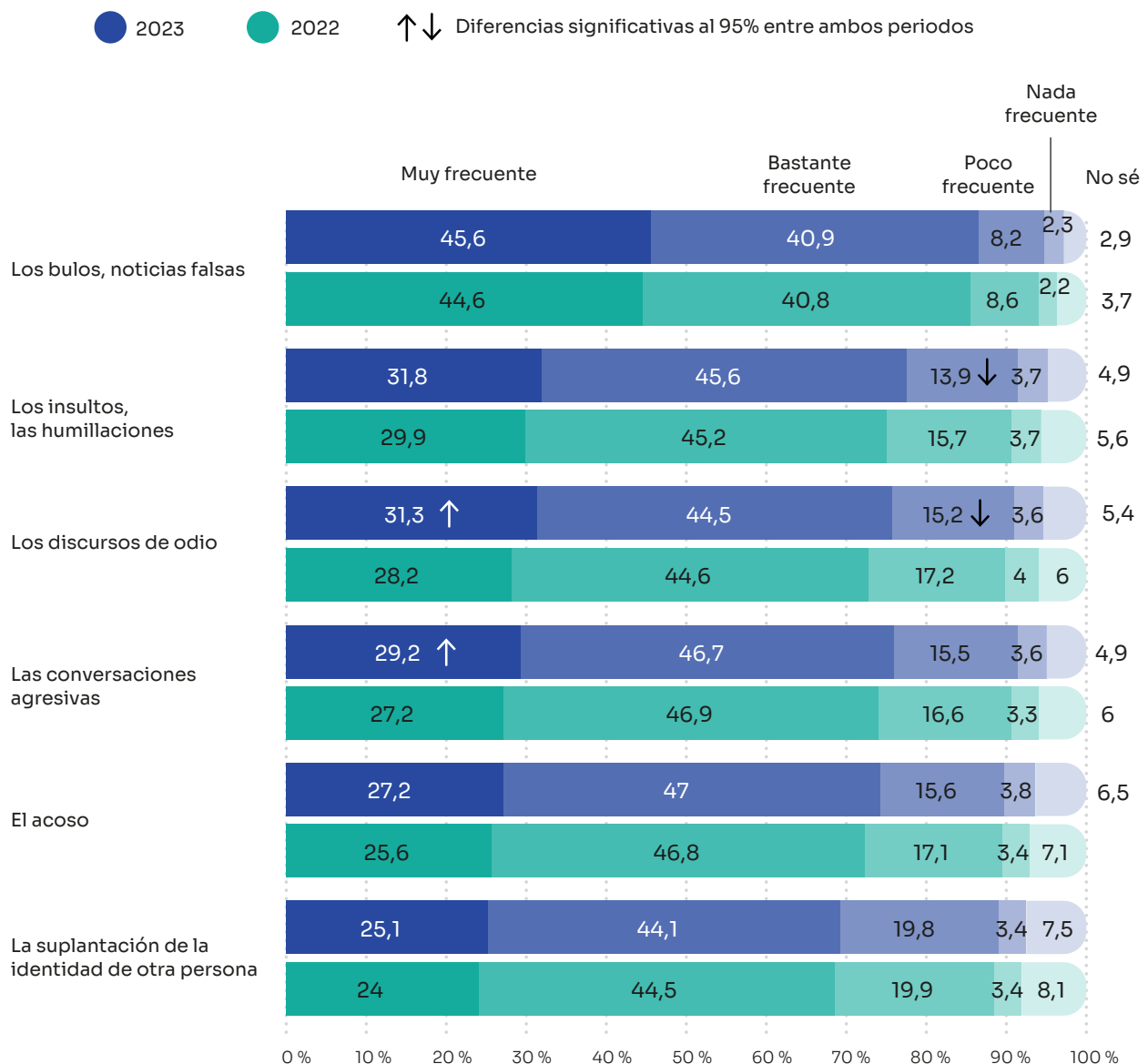
Asimismo, más del 75% de las personas identifican los insultos, las humillaciones, los discursos de odio y las conversaciones agresivas como eventos recurrentes en Internet. Además, se observa un incremento en la percepción de que tanto las conversaciones agresivas como los discursos de odio son riesgos muy comunes. El acoso es otro comportamiento que una parte significativa de las personas encuestadas (74,2%) considera que ocurre con frecuencia. Del mismo modo, el 69,2% de los participantes cree que la suplantación de identidad es habitual en línea.



Finalmente, **estas prácticas pueden tener consecuencias perjudiciales tanto para la salud mental como para la reputación y la seguridad de las personas.** Además, la propagación de información errónea puede socavar la confianza en las fuentes de información y fomentar la polarización y la división en la sociedad.

Gráfico 17 - Evolución de los peligros de Internet

Pregunta: En Internet, ¿cómo de frecuente crees que es/son...?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



Con referencia a los **temas más recurrentes en las noticias que reciben y consideran falsas**, la respuesta **más común continúa siendo la política nacional** (50,4%). Los **asuntos relacionados con personas famosas ocupan el segundo lugar** (35%, con un aumento de 3,4 puntos porcentuales).

La ciudadanía también señala que las noticias falsas suelen abarcar asuntos como la política internacional (26,5%), economía y finanzas (26,5%), inmigración (24,9%), salud (23,7%) y mujer y feminismo (22%). Sin embargo, se observa un marcado descenso de 15,9 puntos porcentuales en relación con el COVID-19, debido, lógicamente, al fin de la pandemia.

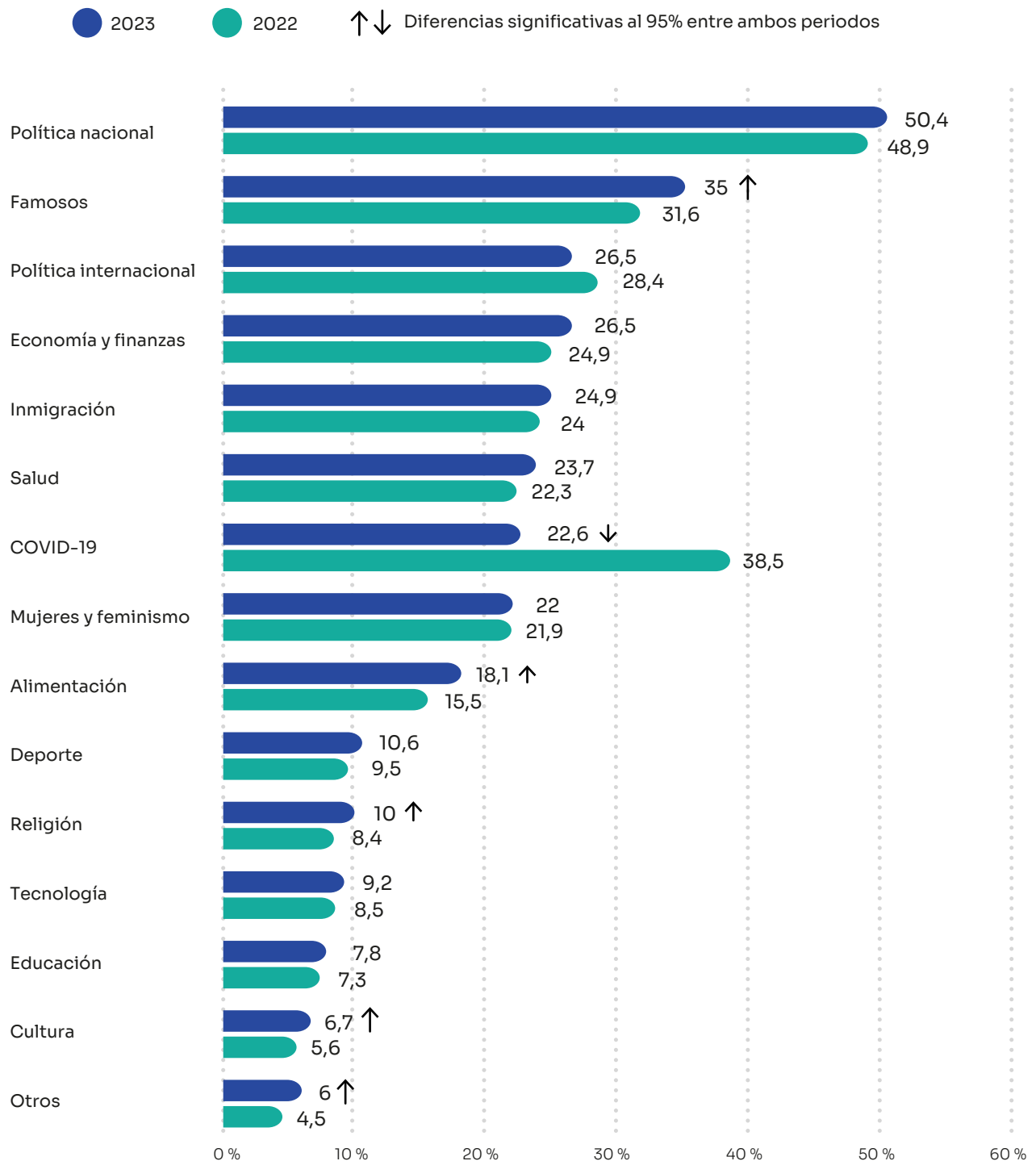
Otras cuestiones menos mencionadas incluyen la alimentación (18,1%, con un aumento de 2,6 puntos porcentuales), el deporte (10,6%), la religión (10%, con un aumento de 1,6 puntos porcentuales) y la tecnología (9,2%). Finalmente, los temas de educación (7,8%) y cultura (6,7%) ocupan las últimas posiciones, aunque se ha registrado un aumento de 1,1 puntos porcentuales en el caso de la cultura.





## Gráfico 18 - Evolución de la temática más frecuente en las noticias falsas

Pregunta: ¿Sobre qué temas suelen tratar las noticias que recibes y que crees que son falsas?  
 Selecciona los tres principales.



**Base:** Creen que las noticias falsas en Internet son, al menos, poco frecuentes

**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Como se ha evidenciado previamente, la percepción generalizada es que en Internet los bulos, las noticias falsas y los discursos de odio son sucesos habituales.

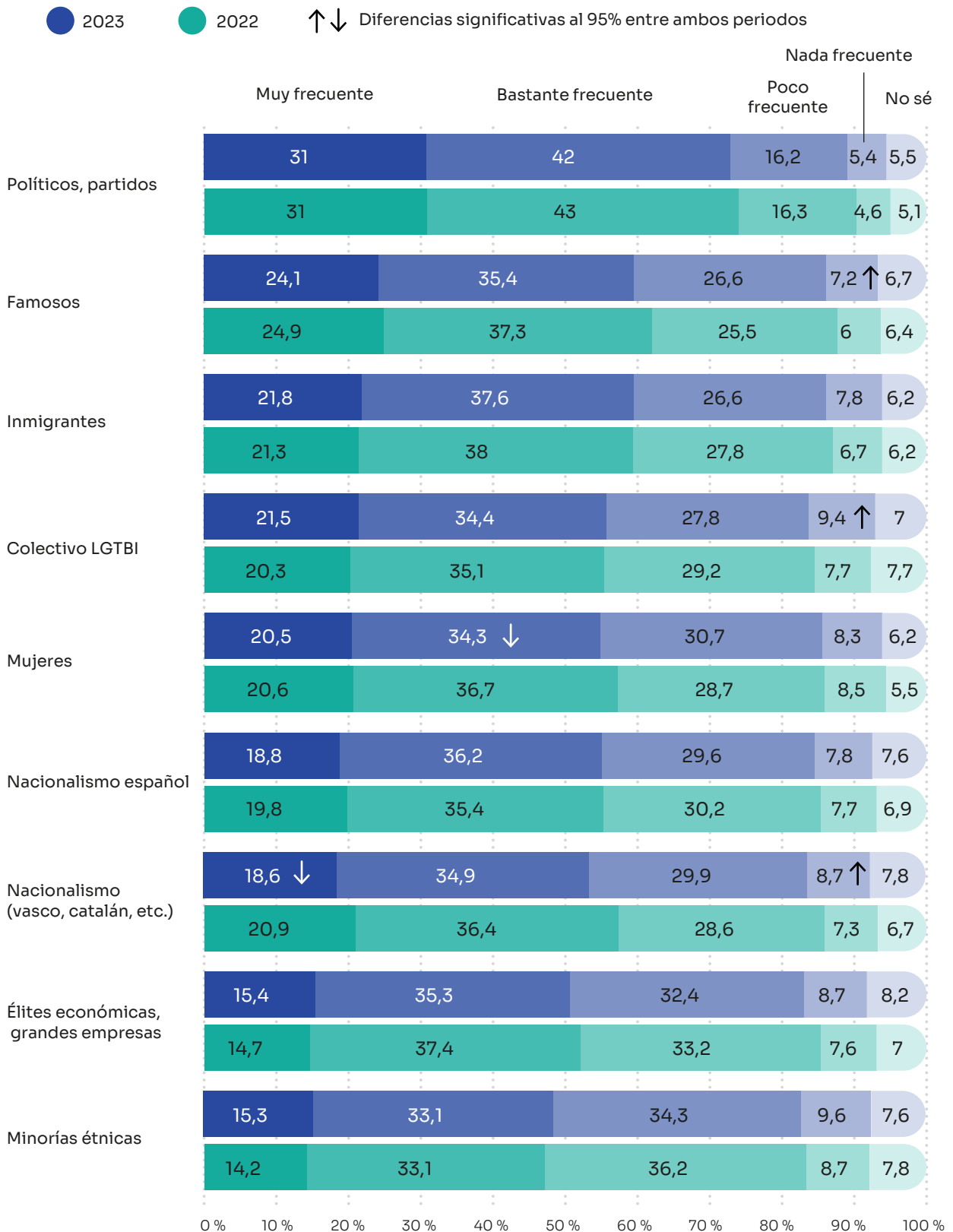
**La clase política es la principal víctima de los discursos de odio**, según el **73%** de los encuestados, **seguidos de las personas famosas (59,5%), personas inmigrantes (59,4%), la comunidad LGTBIQ+ (55,9%),** las mujeres (54,8%, con una disminución de 2,5 puntos porcentuales), el nacionalismo español (55%), el nacionalismo vasco, catalán, etc. (53,5%, con una reducción de 3,8 puntos porcentuales) y las élites económicas/ grandes empresas (50,7%). Únicamente en el ámbito de las minorías étnicas, menos de la mitad de los encuestados (48,4%) percibe la presencia de discursos de odio.

La percepción generalizada es que en Internet los bulos, las noticias falsas y los discursos de odio son sucesos habituales



## Gráfico 19 - Evolución de las temáticas más frecuentes en los discursos de odio

Pregunta: ¿Con qué frecuencia encuentras en las redes sociales discursos de odio sobre...?



Base: Creen que los discursos de odio en Internet son, al menos, poco frecuentes

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 4.2

### El uso inteligente de Internet y las tecnologías

Como se ha señalado anteriormente, **la tecnología supone importantes mejoras** en el día a día de las personas, aunque **su uso intensivo no está exento de riesgos y peligros**. Así, la necesidad de estar siempre conectados, el uso abusivo de los teléfonos móviles, la sobreexposición a la información y los estímulos digitales están generando estrés, ansiedad, adicción, una alta exposición a noticias falsas, bulos y discursos de odio, etc., entre la ciudadanía.

En este contexto, **un uso más inteligente y adecuado de la tecnología y los dispositivos móviles puede limitar** estos **efectos negativos**: desconectarse en determinados momentos para realizar otras actividades, limitar el tiempo que se pasa en Internet y redes sociales, usar Internet para contrastar noticias, etc., pueden ser herramientas útiles para limitar ciertos efectos nocivos.

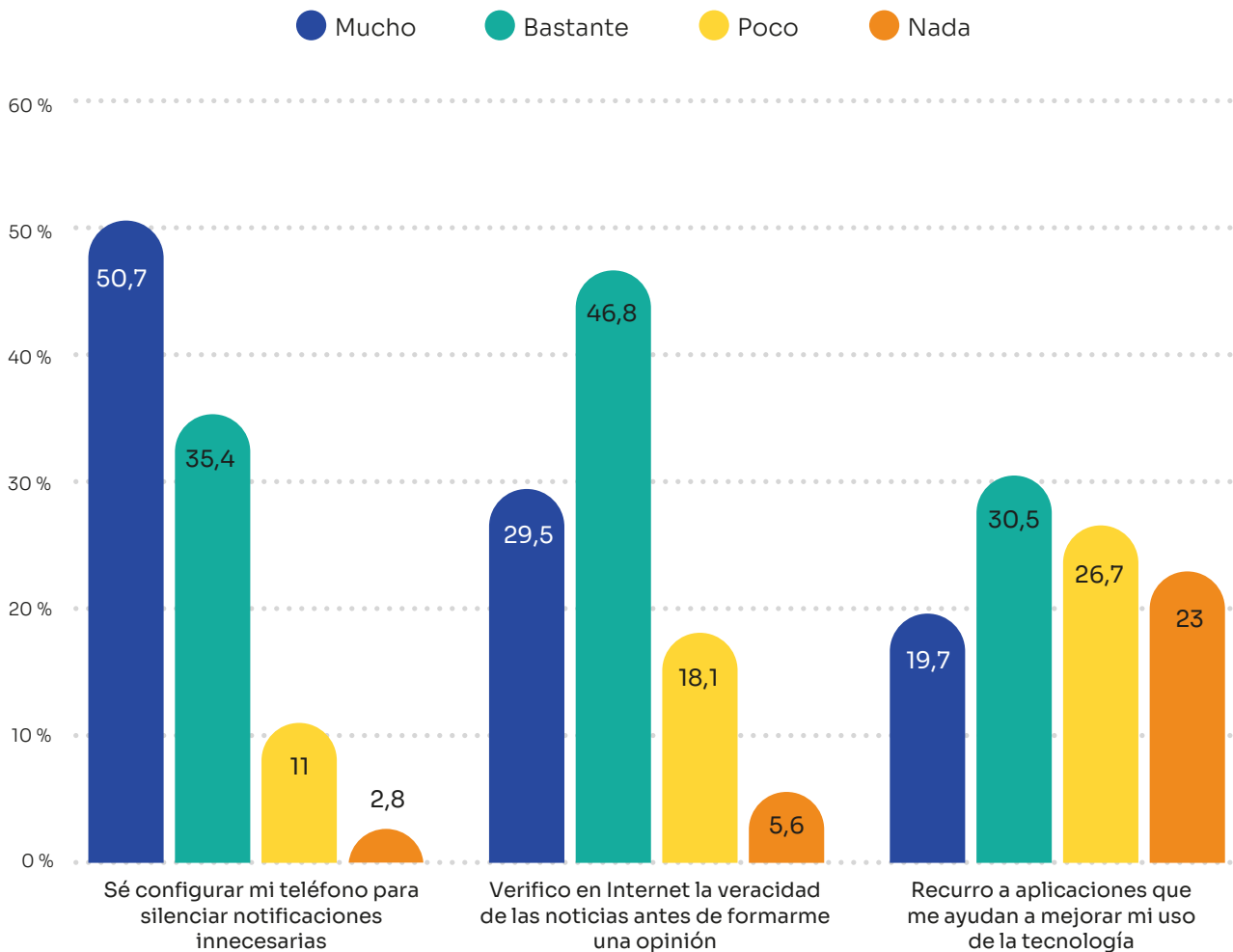
Este año se ha preguntado acerca de determinados hábitos que pone a disposición la tecnología para hacer un uso más racional de ella. En este sentido, el 50,7% declara tener un **alto conocimiento sobre cómo configurar su teléfono para evitar notificaciones innecesarias** y el 86,1% afirma que este conocimiento es alto o bastante alto.

Asimismo, más de 7 de cada 10 personas hacen uso de Internet para verificar la veracidad de las noticias antes de formarse una opinión e incluso cerca de 1 de cada 3 usa mucho Internet con este objetivo.

**Sin embargo, el empleo de aplicaciones para mejorar el uso de la tecnología**, como pueden ser **interfaces neutras** que permiten prestar menos atención al móvil al hacer la pantalla menos atractiva, o el uso de **aplicaciones que limitan el tiempo en redes sociales e Internet está algo menos extendido**: únicamente el 20% de la población recurre mucho a ellas, aunque la mitad lo hace mucho o bastante.



Gráfico 20 - **Herramientas para hacer un uso inteligente de Internet y las tecnologías**  
Pregunta: Señala tu grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

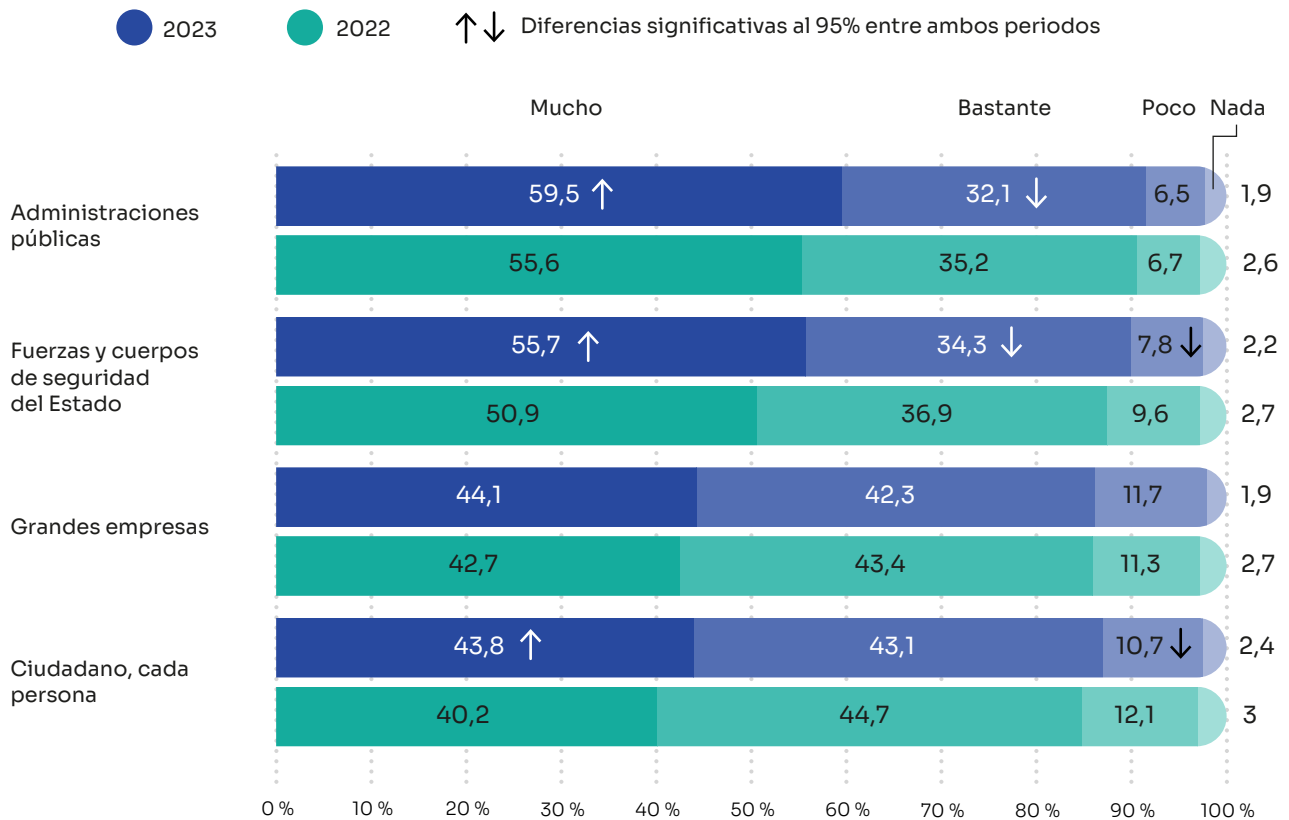
## 4.3 La seguridad en Internet

La seguridad en Internet es un tema de suma importancia en la sociedad actual. A medida que la tecnología y la conectividad digital continúan expandiéndose, la confianza de los usuarios en el mundo digital se vuelve cada vez más relevante. **Proteger la privacidad y los datos personales de los individuos se ha convertido en una responsabilidad fundamental para todos los actores sociales involucrados.**

Según la ciudadanía, **la responsabilidad de garantizar la seguridad en línea recae especialmente en las Administraciones públicas (91,6%) y en las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado (90%, con un aumento de 2,2 puntos porcentuales en comparación con 2022).** En un segundo plano, se encuentra el ciudadano (86,9%, con un incremento de 2 puntos porcentuales), mientras que las empresas (86,4%) se situarían en última posición.

## Gráfico 21 - La responsabilidad de la seguridad en Internet

Pregunta: Para ti, ¿cuánta responsabilidad tienen los siguientes actores sociales en garantizar la seguridad en Internet?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

En el análisis previo sobre la percepción de la población hacia Internet y las tecnologías, se ha revelado que **casi la mitad de la población comparte la preocupación de que Internet pueda poner en riesgo sus datos personales**. Además, se destaca que un 70,1% asocia las tecnologías con el atributo de seguridad. Estas realidades sociales pueden influir en los hábitos de seguridad generalizados que la ciudadanía adopta al utilizar Internet.

**La gran mayoría (86,6%) tiene el hábito de utilizar medidas de seguridad**, como PIN, patrones u otras, para desbloquear sus dispositivos. Además, es **común que vigilen periódicamente sus movimientos en la banca online (84,7%) y comprueben la seguridad de la conexión al realizar transacciones (82,9%)**.

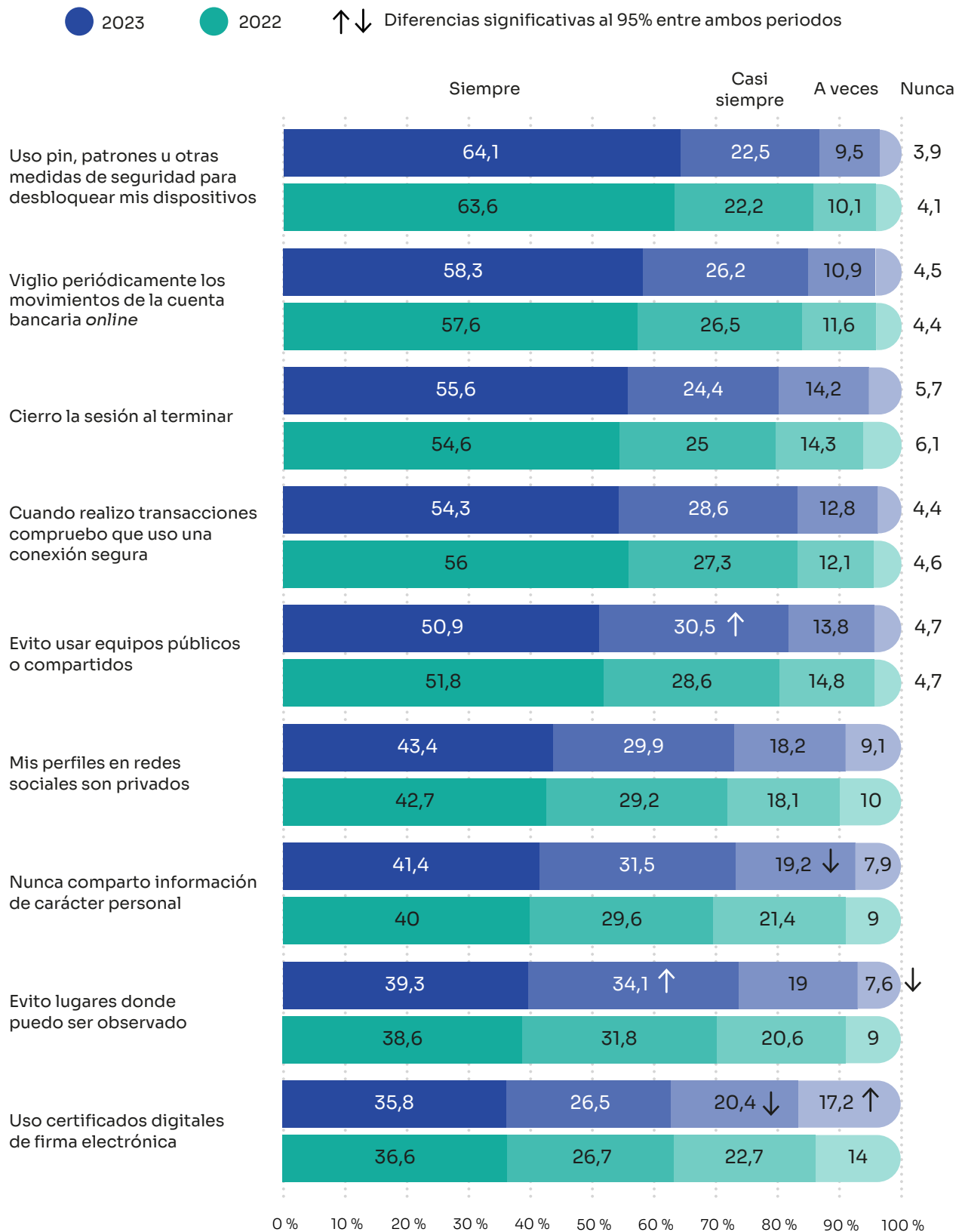
Otras prácticas ampliamente extendidas son evitar el uso de equipos públicos o compartidos (81,4%, con un aumento de 1 punto porcentual), cerrar la sesión al concluir cualquier actividad (80%) y optar por mantener sus perfiles privados en las redes sociales (72,6%). También se ha notado un incremento en la tendencia a no compartir información personal (72,9%) y a evitar lugares donde puedan ser observados (73,4%).

Sin embargo, el uso de certificados digitales de firma electrónica (62,3%) es una costumbre que el 17,2% de la población declara no realizar nunca, lo que representa un aumento de 3,2 puntos porcentuales.



## Gráfico 22 - Evolución de los hábitos en Internet para mantener la seguridad

Pregunta: De los siguientes hábitos relacionados con la seguridad en Internet, ¿con qué frecuencia los realizas?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 4.4

## Los datos personales

El uso de datos personales sigue suscitando un año más un alto grado de malestar entre la ciudadanía. Aproximadamente el **80% de la población expresa que siente** mucha o bastante **molestia ante la utilización de sus datos de navegación por parte de instituciones públicas, bancos y empresas**, ya sea con o sin consentimiento, incluso si se realiza con el propósito de mejorar sus servicios u ofrecerles productos.

En cuanto al acceso a los datos de navegación, aunque genera menos descontento, todavía un 59,7% de las personas se sienten molestas cuando se lleva a cabo esta práctica.

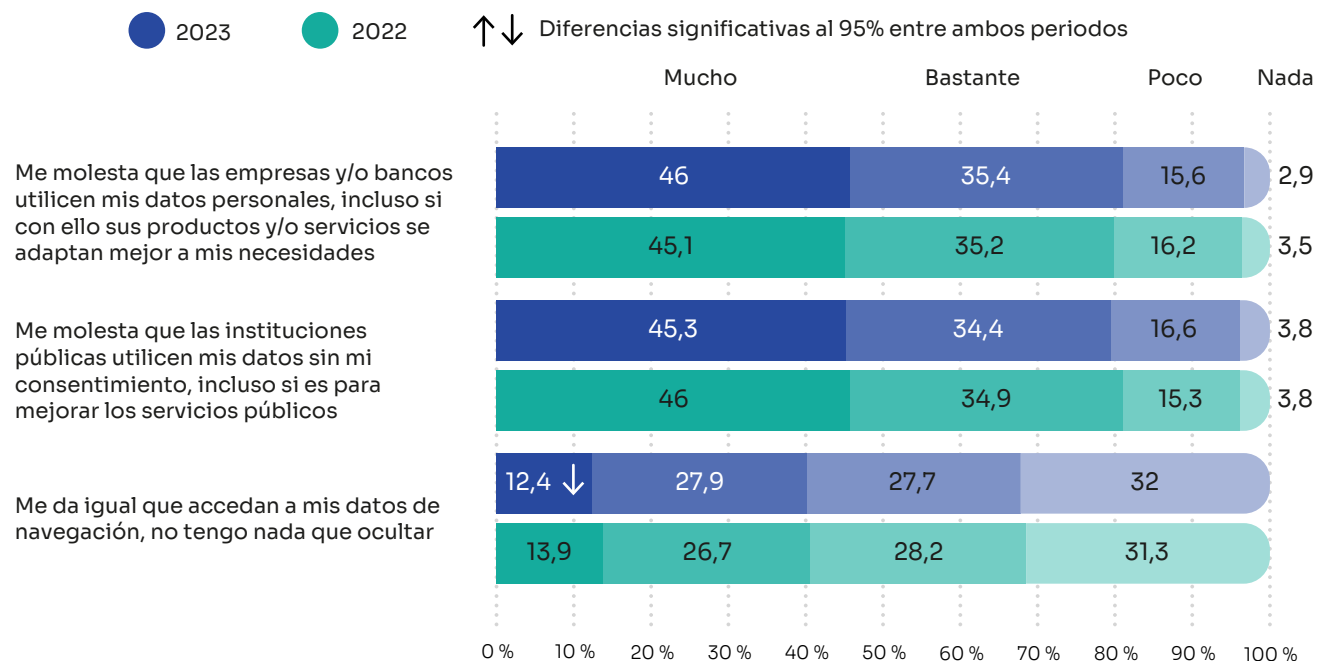
**El uso de la nube en Internet ha facilitado el almacenamiento y acceso a nuestros datos personales.**

Sin embargo, **surge un problema: la dificultad para borrar completamente, cuando así se desea, esta información.** Esto plantea preocupaciones sobre la privacidad y seguridad de nuestros datos.


Cuando se consulta sobre la posibilidad de eliminar los datos personales de Internet, se observa que una parte significativa de la población estaría dispuesta a hacerlo. Alrededor **del 66,5% afirma querer borrar su información privada, incluyendo pagos y correos electrónicos pasados.** Asimismo, aproximadamente la mitad expresa el deseo de eliminar datos de los lugares que ha frecuentado (52%), su historial de navegación (48,3%) y la huella digital de sus conversaciones privadas en línea (48,2%).

Gráfico 23 - Evolución del uso de los datos personales

Pregunta: ¿En qué medida te identificas con las siguientes afirmaciones?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

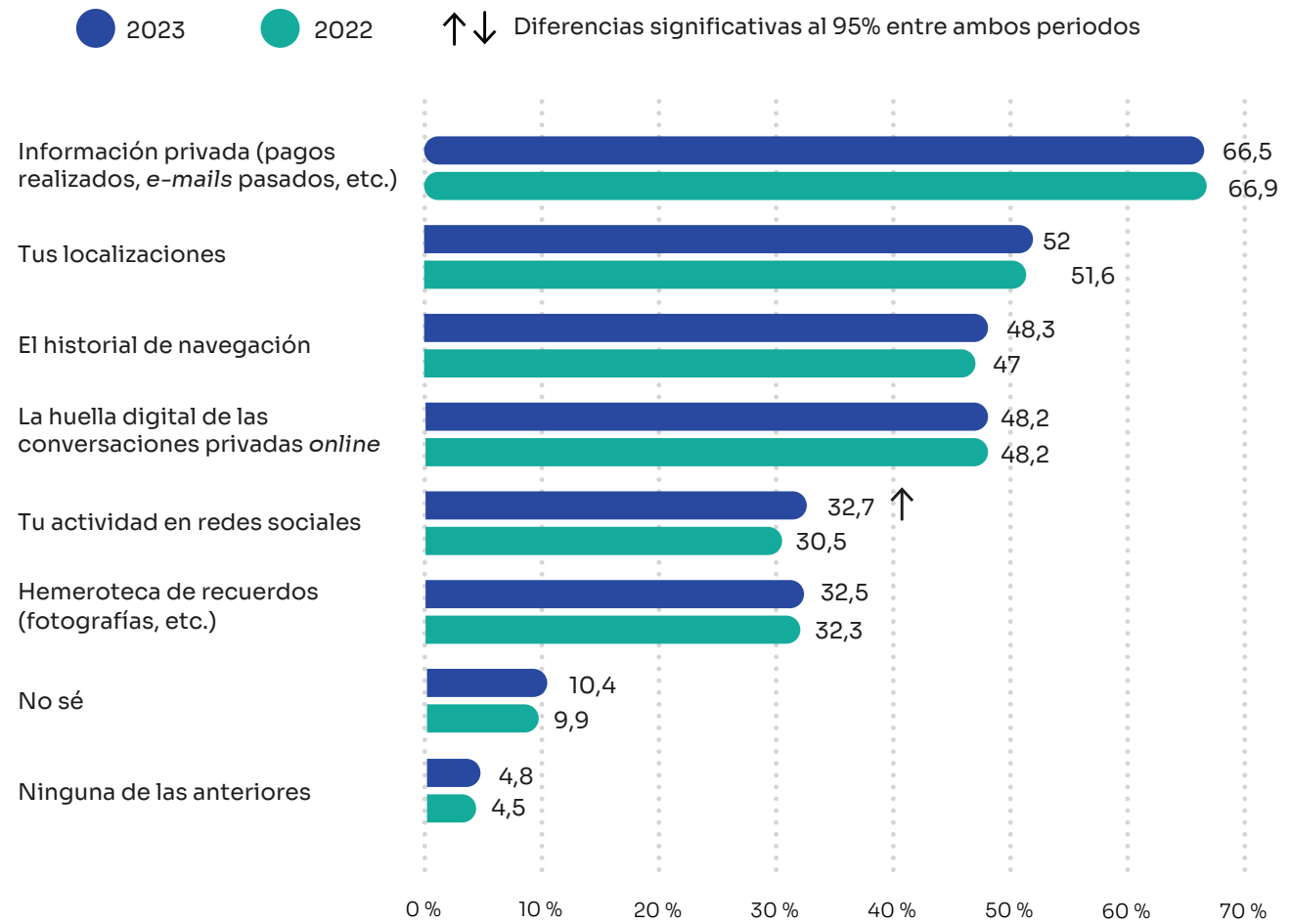


El interés en hacer desaparecer la propia actividad en redes sociales ha aumentado en 2,2 puntos porcentuales, llegando al 32,7%, probablemente en relación con la caída en el último año del uso de las redes sociales destacada anteriormente.

Por último, un porcentaje similar también estaría dispuesto a eliminar su “colección de recuerdos” de la nube (fotografías, videos, etc.) (32,5%).

### Gráfico 24 - Evolución del borrado de los datos personales

Pregunta: Si pudieras hacer desaparecer tu información personal de Internet, ¿qué información borrarías? Selecciona todas las que corresponda.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta





## 05

# La digitalización en el trabajo

## 5.1

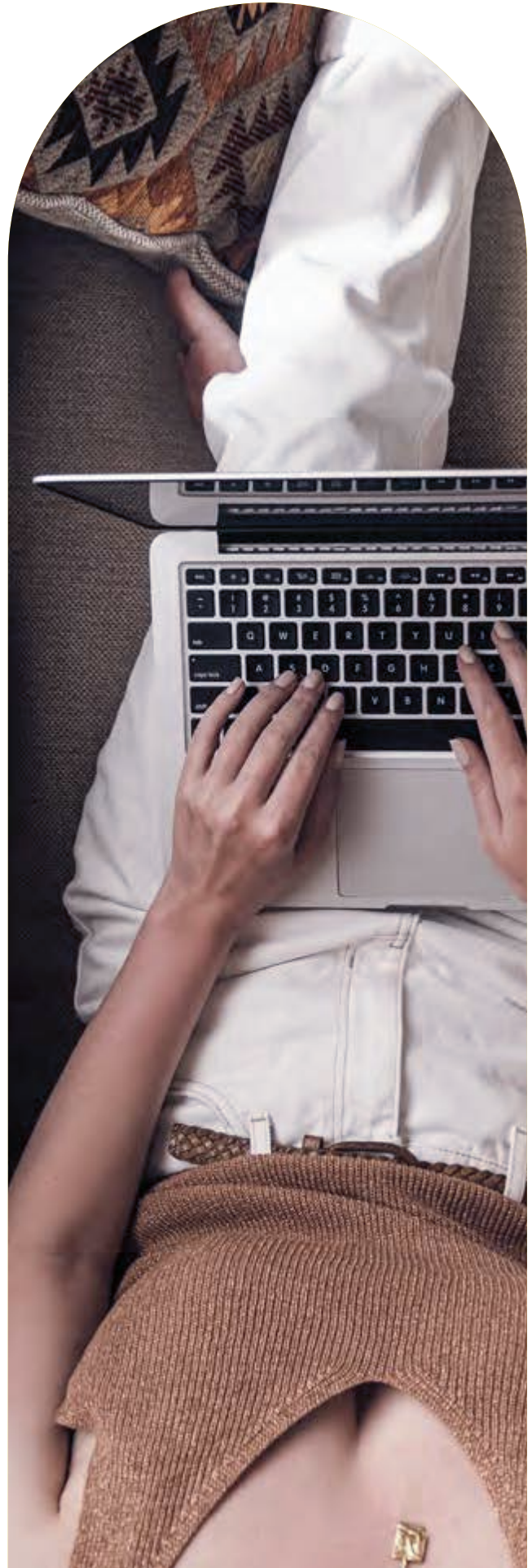
## El teletrabajo en la actualidad

La pandemia aceleró la digitalización en el ámbito laboral con la fuerte expansión del teletrabajo.

¿Cómo ha evolucionado el trabajo en remoto en el último año? ¿Ha cambiado la valoración de esta práctica en la sociedad?

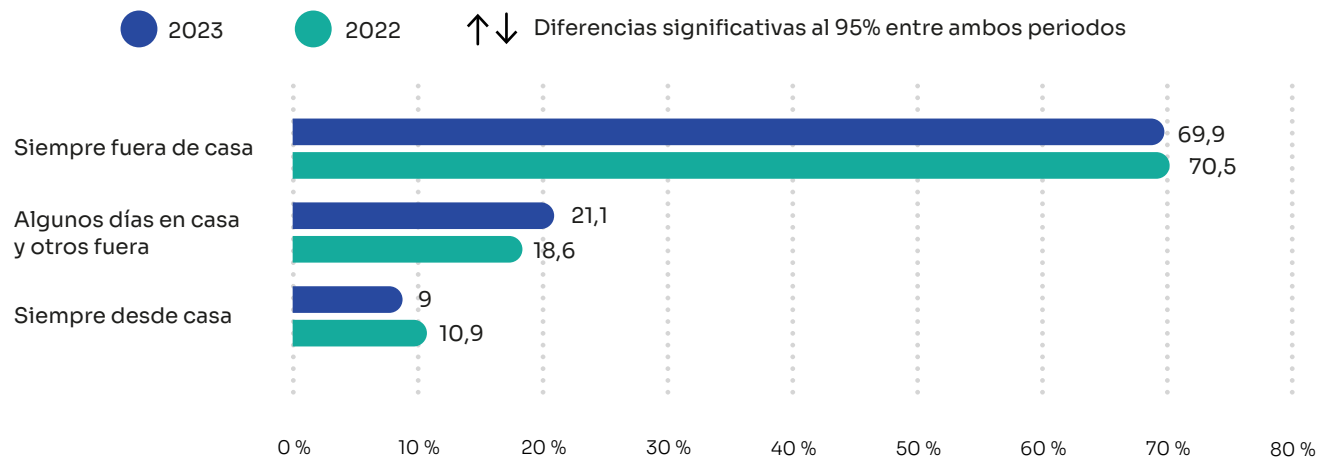
En el año 2023, **el 69,9% de las personas que trabajan lo hacen siempre fuera de casa. El 30,1% restante teletrabaja**, ya sea siempre (9%) o sólo algunos días (21,1%), lo que sugiere que, a pesar del fin de la pandemia, **el teletrabajo, y en especial en su formato híbrido, es un fenómeno que está aquí para quedarse<sup>3</sup>.**

<sup>3</sup> Las diferencias con los datos de la encuesta de población activa (INE) pueden deberse a las diferentes metodologías aplicadas en ambos estudios.



## Gráfico 25 - Evolución del teletrabajo

Pregunta: En estos momentos, ¿cómo trabajas?

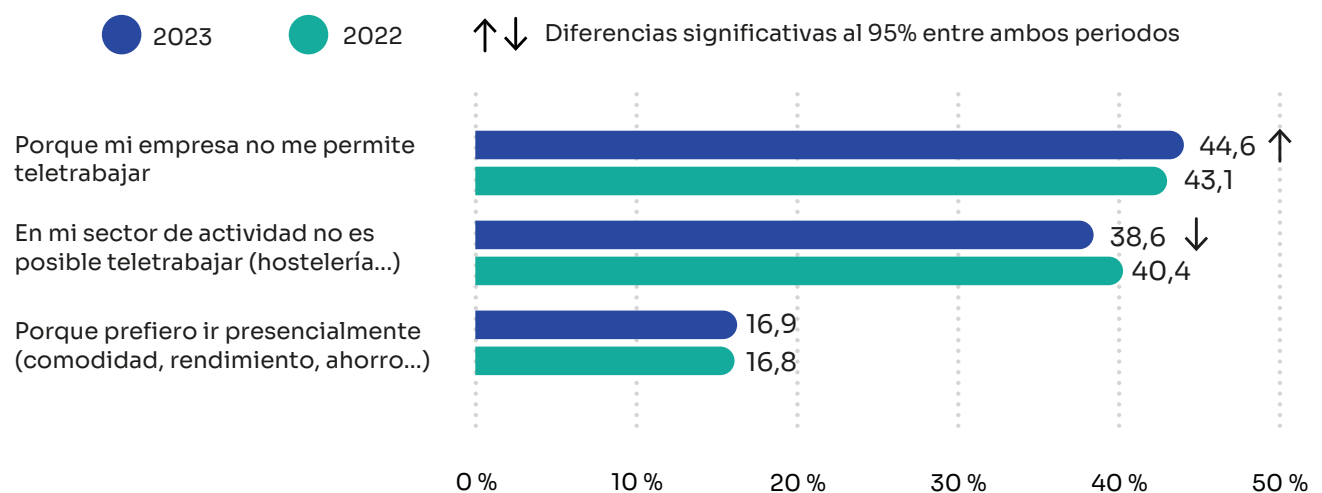
**Base:** Trabajan actualmente**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Entre las personas que siempre tienen que desplazarse a su lugar de trabajo, la principal razón es que en su empresa no les permiten teletrabajar (44,6%). Por otro lado, el 38,6% afirma que en su sector no es posible teletrabajar, como sucede en el caso de la hostelería, servicios de

atención cara al público, etc. Únicamente el 16,9% lo hace porque prefiere ir presencialmente por comodidad, rendimiento o ahorro. En el último año, las razones para teletrabajar siempre fuera de casa se mantienen estables.

## Gráfico 26 - Evolución de los motivos de no teletrabajar

Pregunta: ¿Por qué motivos trabajas siempre fuera de casa?

**Base:** Trabajan siempre fuera de casa**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

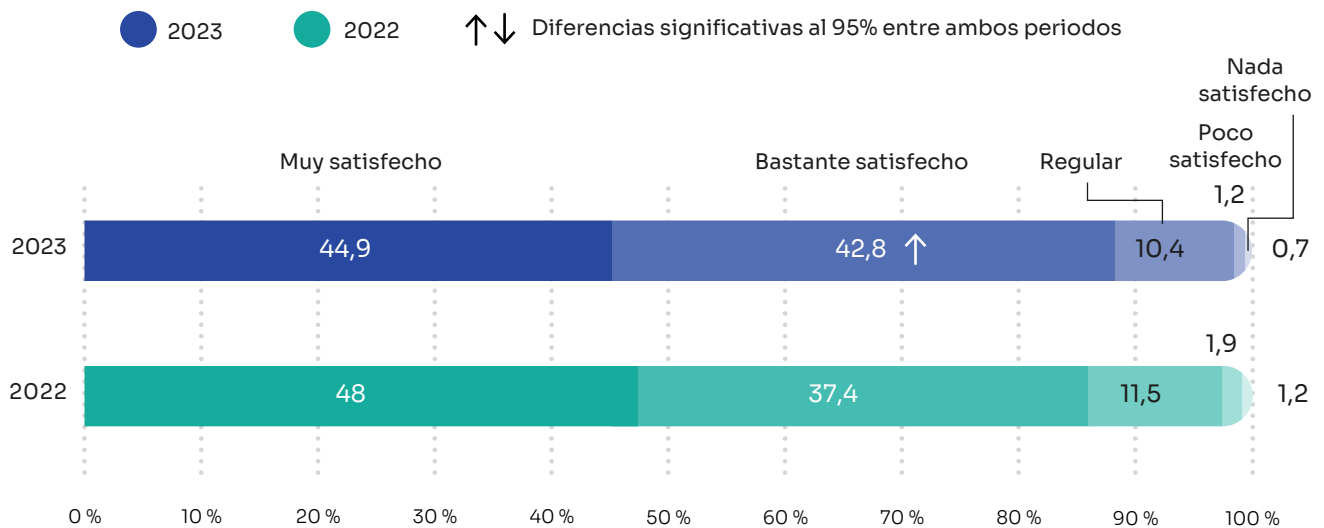


La amplia mayoría de las personas que teletrabajan siempre o algunos días a la semana continúa con un alto grado de satisfacción: el 87,7% declara estar muy o bastante satisfecho con

esta experiencia, un porcentaje similar al de 2022. Únicamente el 10,4% califica de regular esta satisfacción y solo el 1,9% se muestra insatisfecho/a.

Gráfico 27 - Evolución de la satisfacción con el teletrabajo

Pregunta: ¿Cómo de satisfecho/a estás con la experiencia del teletrabajo?



Base: Trabajan siempre fuera de casa

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Independientemente de la situación laboral de cada persona, **la sociedad percibe de forma mayoritaria beneficios y desventajas en el teletrabajo, aunque se observa una ligera mejora en el último año.**

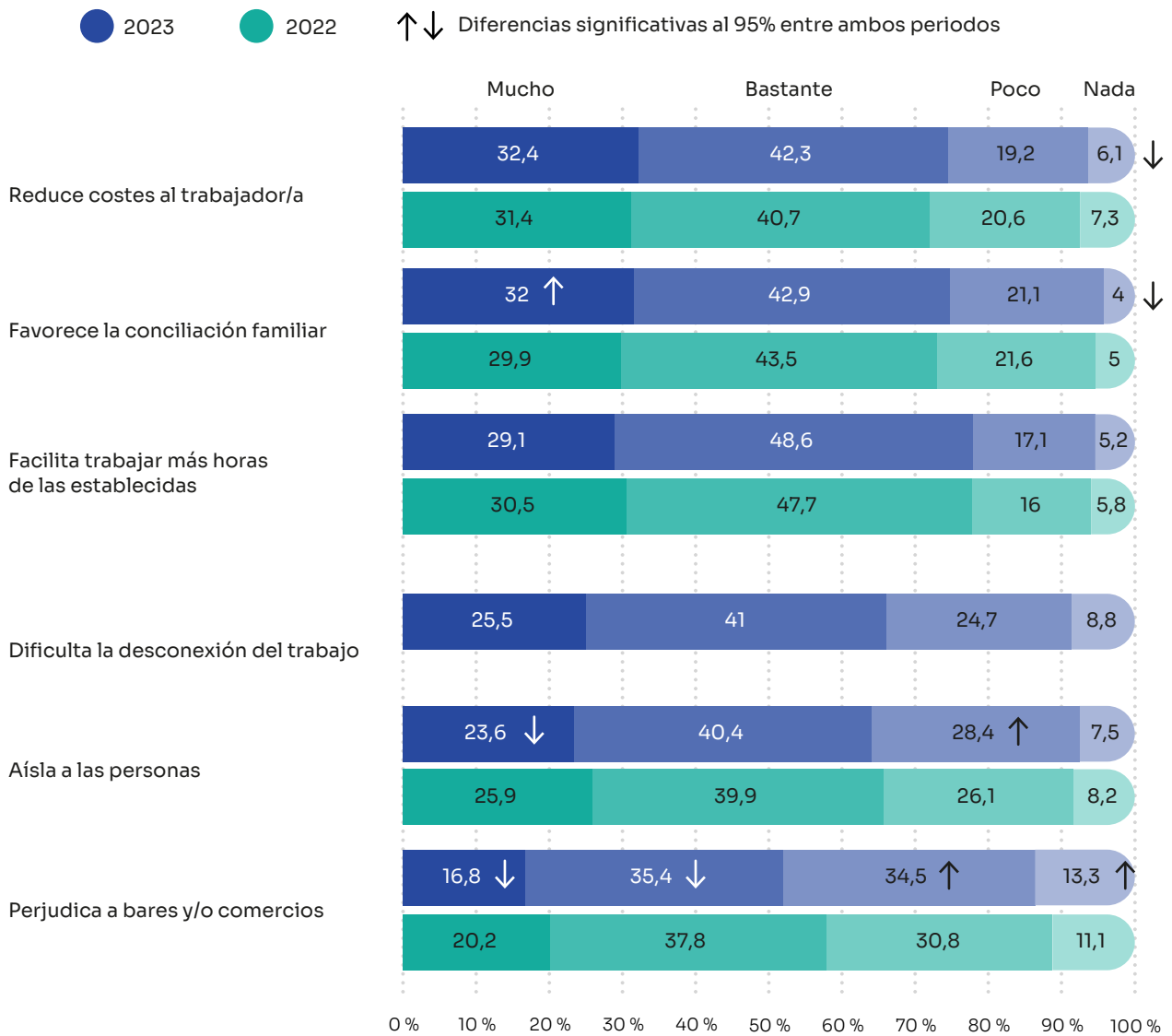
Así, **la percepción social del trabajo desde casa es que ahorra costes al trabajador (74,7%),** siendo el beneficio más señalado este año (+2,6 puntos porcentuales). Asimismo, el 74,9% también **defiende que favorece la conciliación familiar,** con un aumento del porcentaje de quienes consideran que lo hace en gran medida (+2,1 puntos porcentuales). **Sin embargo, el 77,7% opina que con esta modalidad se trabajan más horas de las establecidas y el 66,5% cree que dificulta la desconexión del trabajo.** Igualmente, el 64% piensa que el teletrabajo aísla a las personas, aunque esta percepción ha caído en el último año (-1,8 puntos porcentuales).

Finalmente, más allá de las consecuencias que pueda tener el teletrabajo entre quienes lo practican, la ciudadanía también considera que el teletrabajo perjudica a bares y comercios, aunque este porcentaje también se ha reducido de forma significativa en el último año, del 58% al 52,2%.

El 64% de los encuestados piensa que el teletrabajo aísla a las personas



Gráfico 28 - Evolución de los beneficios que otorga el teletrabajo  
 Pregunta: En general, crees que el teletrabajo...



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

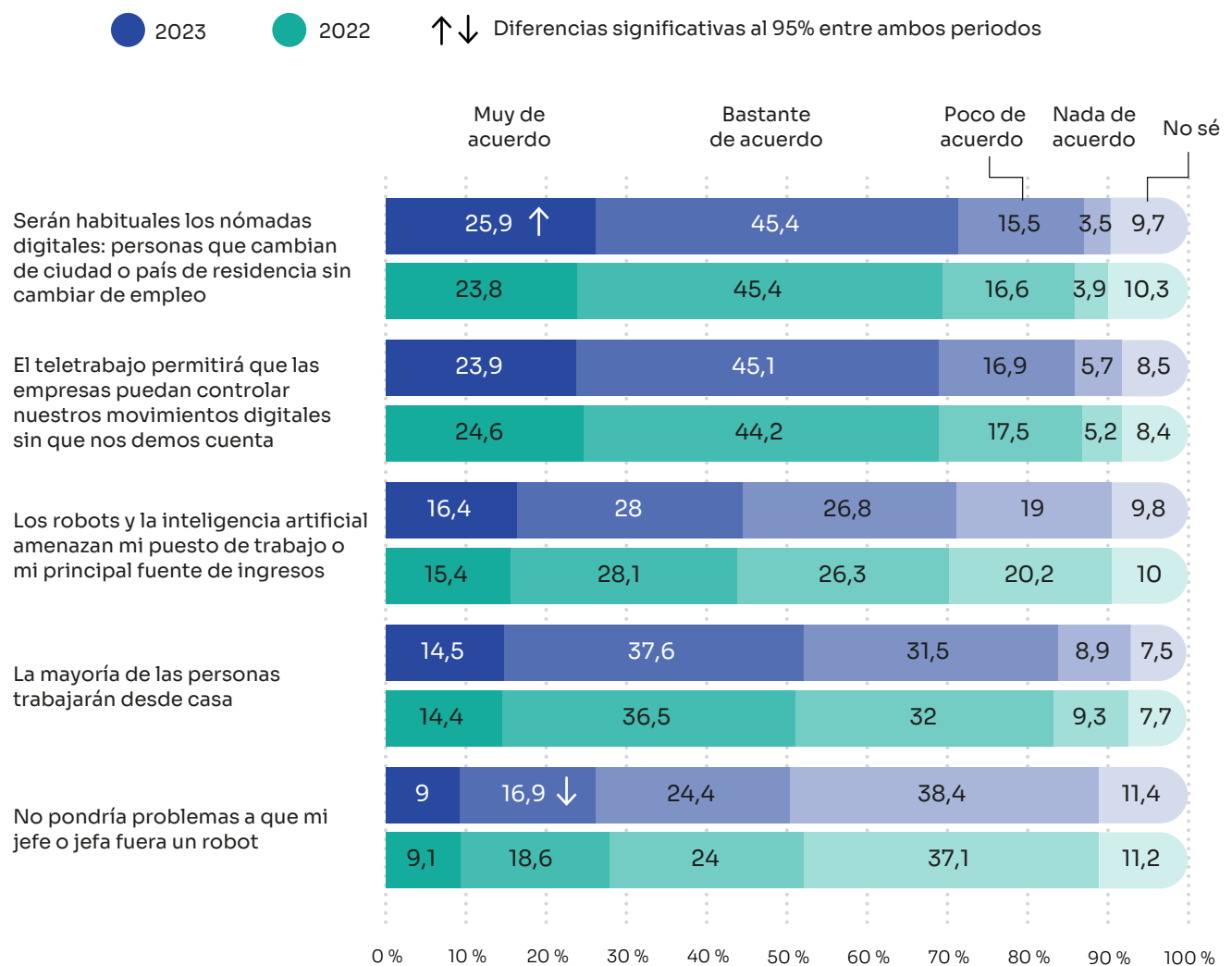
## 5.2 El futuro del teletrabajo

En relación con cómo **la sociedad percibe el futuro** del trabajo en una era de plena digitalización, la mayoría está muy o bastante de acuerdo con que **el trabajo en remoto seguirá consolidándose en el futuro**: el 71,3% cree que serán habituales los nómadas digitales, estando esta opinión algo más extendida ahora que en 2022, y el 52,1% considera que la mayoría de las personas trabajarán desde casa. El temor más compartido sobre las consecuencias del teletrabajo es que permitirá

que las empresas puedan controlar nuestros movimientos sin que nos demos cuenta (69%).

En cuanto a las percepciones hacia la automatización en el ámbito laboral, al 62,8% no le gustaría que su jefe o jefa fuera un robot. Sin embargo, el miedo a que los robots y la inteligencia artificial supongan una amenaza para su puesto de trabajo o su principal fuente de ingreso está menos extendido (44,4%). Estos temores se han mantenido estables en el último año.

Gráfico 29 - **Evolución de la percepción del futuro del teletrabajo**  
Pregunta: ¿Cuál es tu grado de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones con respecto al futuro?



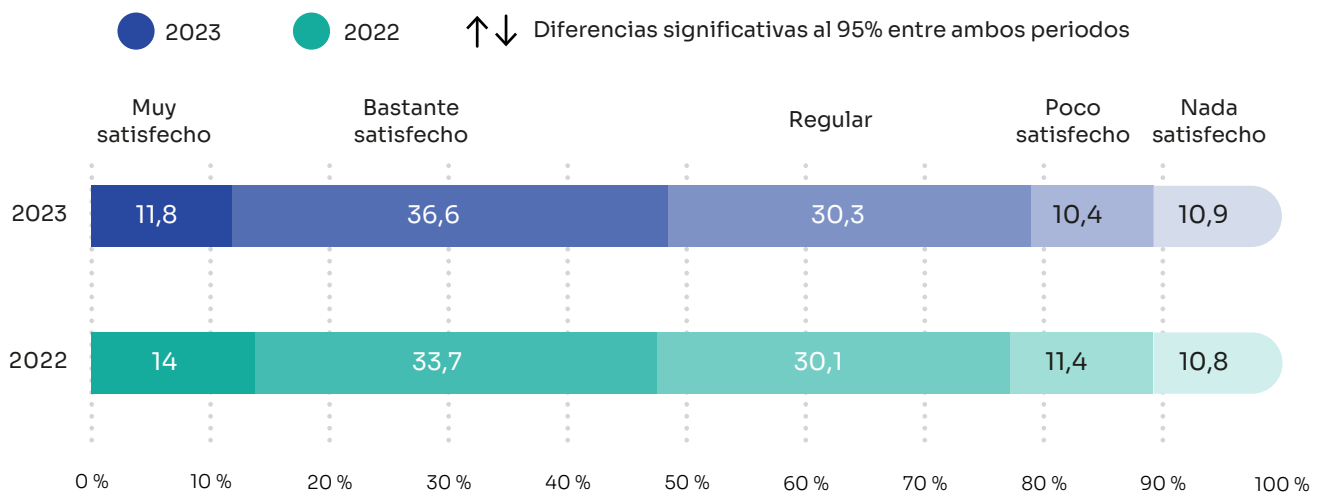
Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

**La ciudadanía se muestra moderadamente optimista con respecto al impacto del cambio tecnológico en el empleo:** el 48,4% se muestra muy o bastante de acuerdo con que la desaparición de puestos de trabajo se compensará con la creación de nuevos.

Este dato se mantiene con respecto a la ola anterior, aunque ha caído quienes se decantan por el 'mucho', mientras que ha aumentado quienes señalan 'bastante'. Con todo, un 40,7% piensa que habrá pérdidas de puestos de trabajo y un 10,9% no tiene una opinión al respecto.

### Gráfico 30 - Creación de nuevos puestos de trabajo

**Pregunta:** El cambio tecnológico (automatización, robotización, etc.) supondrá la desaparición de puestos de trabajo, pero ¿crees que se compensará con la creación de otros nuevos?



**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



## 06

# Las inteligencias artificiales

## 6.1

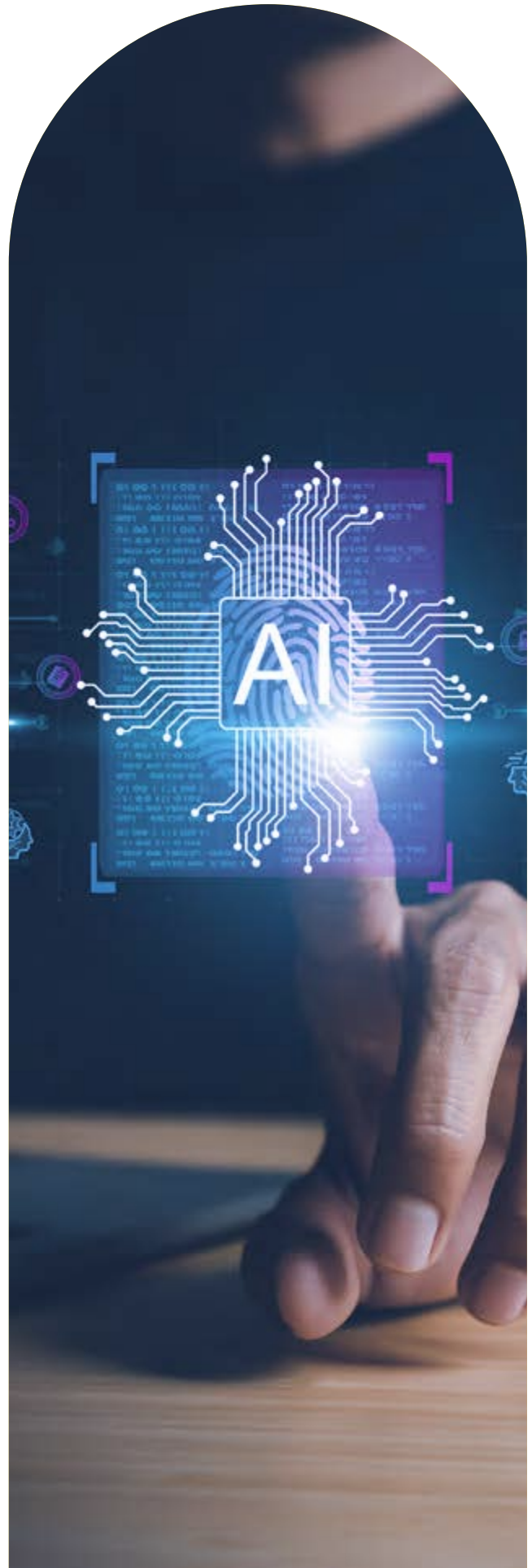
## Uso de las IA

La inteligencia artificial es un conjunto de tecnologías computacionales que permiten que una máquina tenga la capacidad de emular la inteligencia humana (razonamiento, aprendizaje, creatividad, etc.) para realizar ciertas tareas. Su uso está cada vez más extendido en nuestro país y afecta a numerosos sectores: salud, transporte y vehículos, educación, etc.

Este año se han incluido una serie de preguntas destinadas a cuantificar su uso y entender cómo percibe la sociedad el creciente uso de las IA.

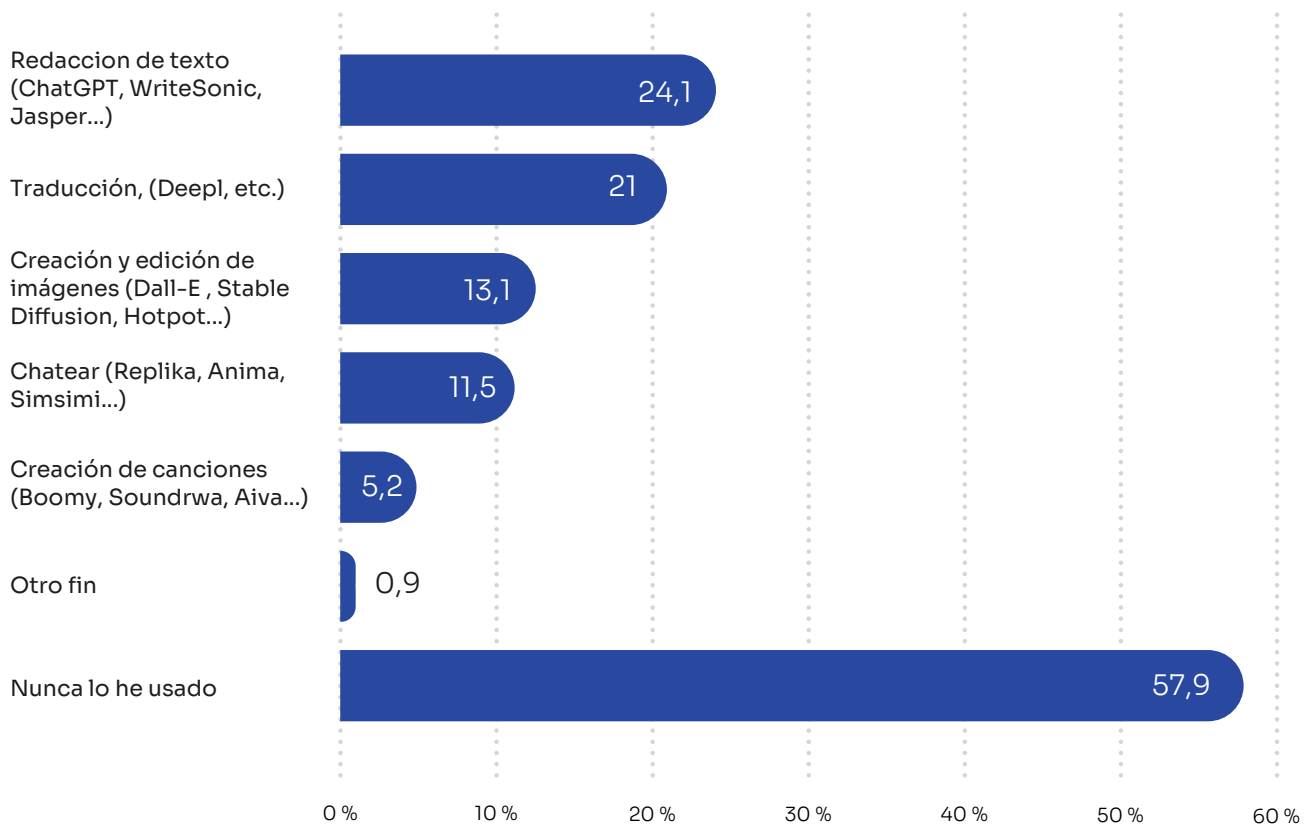
**El 57,9% de la población declara no haber usado nunca las IA, mientras que el 42,1% restante lo ha hecho en alguna ocasión.**

**Su uso a la hora de redactar textos es el más extendido (24,1%),** seguido de actividades relacionadas con la traducción (21%). Algo más del 10% también ha utilizado la IA para la creación y edición de imágenes y para chatear. Finalmente, el 5,2% se ha servido de las IA para crear canciones y únicamente el 0,9% para otro uso.



### Gráfico 31 - El uso actual de las inteligencias artificiales

Pregunta: ¿Has utilizado la inteligencia artificial en alguno de los siguientes campos?  
 Marca las que correspondan.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 6.2 Imagen y percepción de la IA

El principal término con el que la ciudadanía asocia la inteligencia artificial es "futuro": así lo considera el 40,4% de la población. Además, más del 20% de la población asocia la IA con conceptos como "amenaza", "desempleo" y "vigilancia". Los aspectos positivos más asociados con esta tecnología son el "ahorro de tiempo" (23,2%) y la "eficiencia" (18,5%).

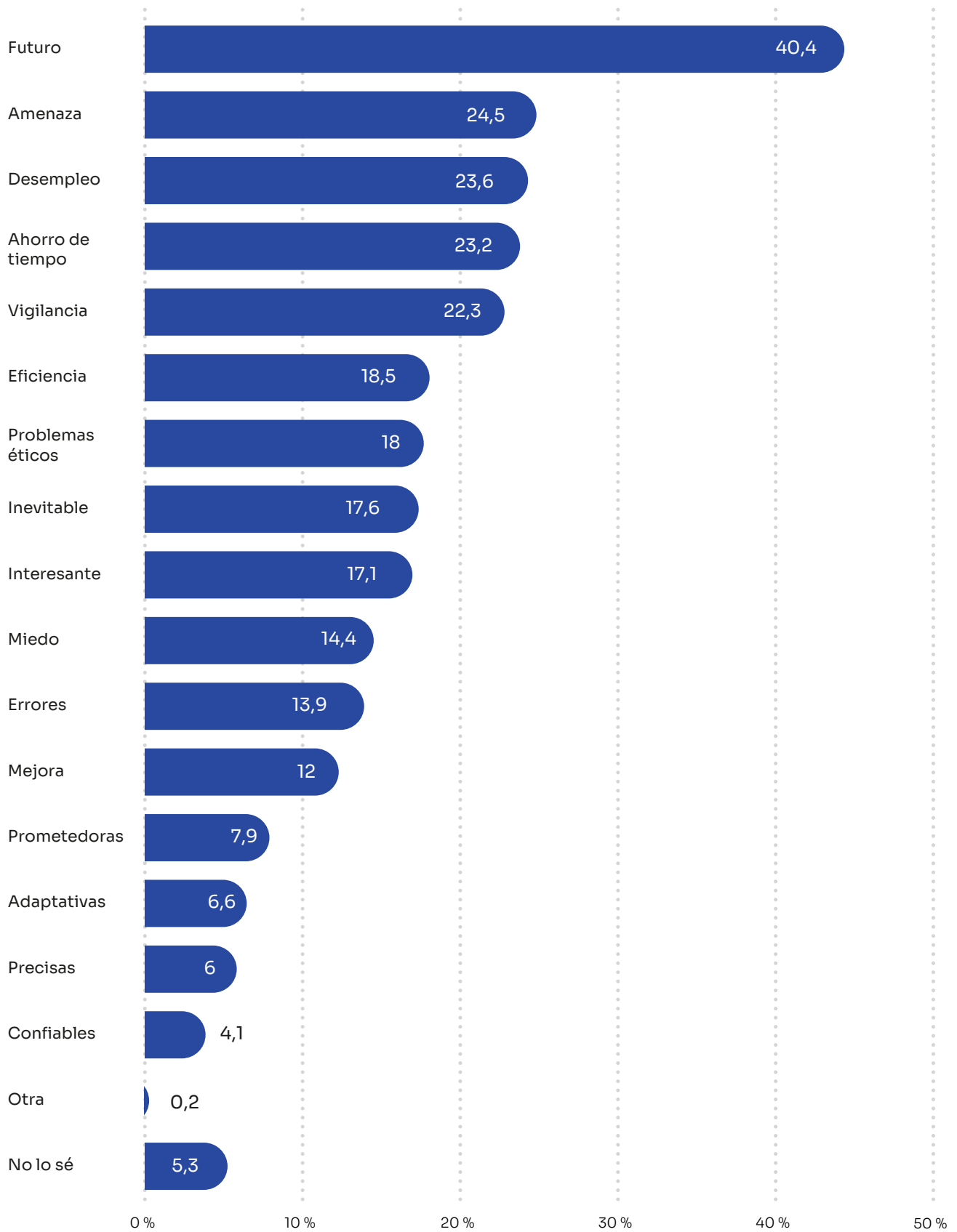
Entre los términos que menos se considera que definen las IA se encuentran su "precisión" (6%) y "confiabilidad" (4,1%).

Más del 20% de la población asocia la IA con conceptos como "amenaza", "desempleo" y "vigilancia"



## Gráfico 32 - ¿Qué pensamos de las inteligencias artificiales?

Pregunta: ¿Cuáles de los siguientes conceptos asocias con la inteligencia artificial?  
 Selecciona un máximo de 3 opciones.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Preguntada acerca de **los riesgos y ventajas que implica el uso de la IA, el 64,6% de la ciudadanía afirma entenderlos y conocerlos bien.**

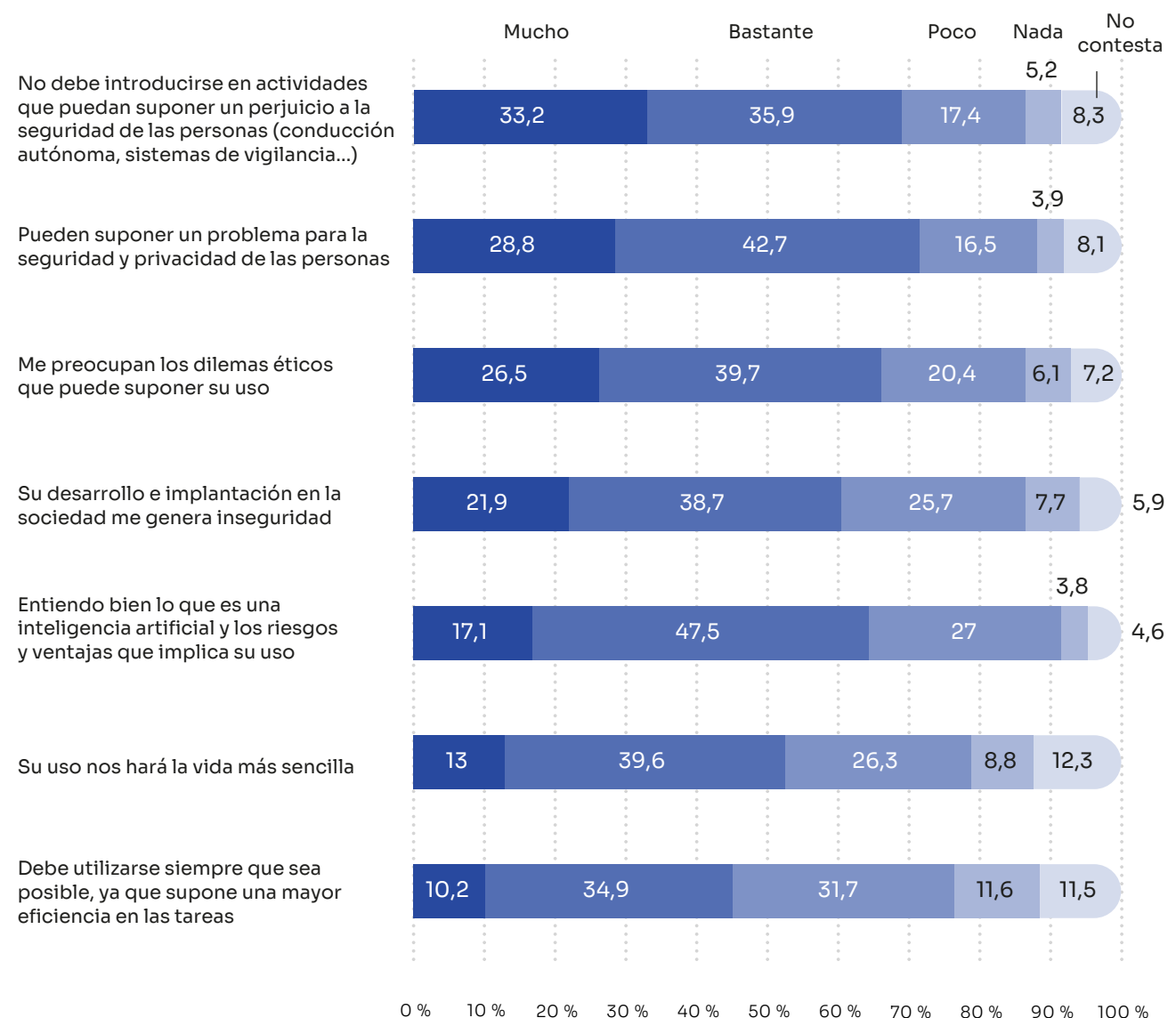
En este sentido, la sociedad **destaca principalmente sus peligros** frente a sus virtudes: en torno al 70% coincide en señalar que pueden **suponer un problema para la seguridad y privacidad de las personas (71,5%)** y que **no deben introducirse en actividades que puedan suponer un perjuicio a la seguridad** como la

conducción autónoma (69,1%). De igual manera, el 66,2% se muestra preocupado por los dilemas éticos que puede suponer su uso y al 60,6% le genera inseguridad su desarrollo e implantación en la sociedad.

En cuanto a sus ventajas, poco más de la mitad (52,6%) cree que su uso facilitará la vida y únicamente el 45,1% defiende que debe utilizarse siempre que sea posible, ya que supone una mayor eficiencia en las tareas.

### Gráfico 33 - Potenciales ventajas y desventajas de las inteligencias artificiales

Pregunta: Señala tu grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones sobre la inteligencia artificial.

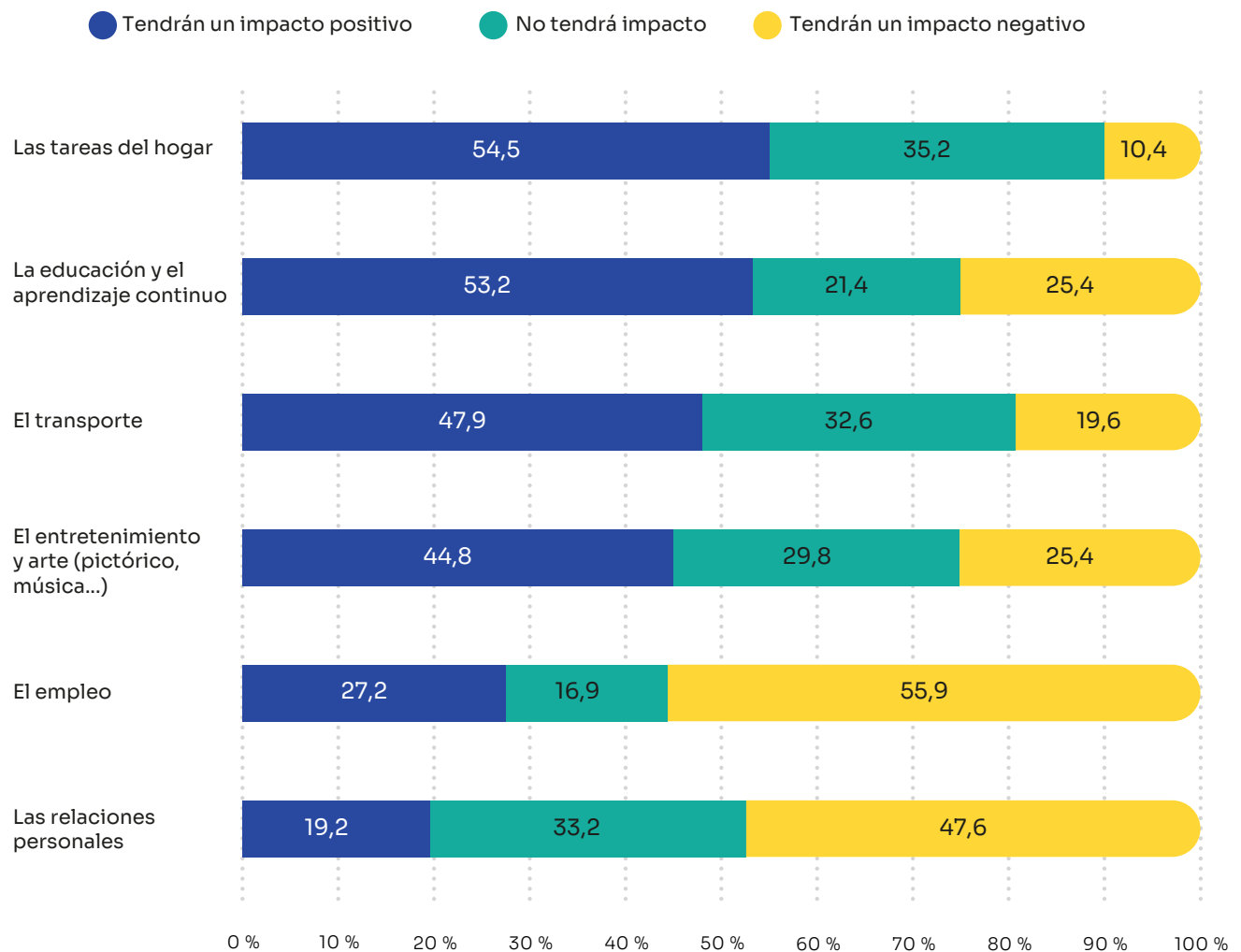


Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

En este sentido, al preguntar sobre **el impacto que puede tener la IA en diversos aspectos de la vida, el 55,9% cree que tendrá un efecto negativo en el empleo**, frente al 27,2% que considera que será positivo. Asimismo, un **47,6%** también entiende que **el impacto sobre las relaciones personales será nocivo**, mientras que el 19,2% cree que será beneficioso y el 33,2% que no tendrá repercusiones.

Sin embargo, y a pesar de los potenciales riesgos que se perciben en el uso de esta tecnología, la población también cree que puede traer efectos positivos en ciertos sectores y actividades como son las tareas del hogar, la educación o el transporte. Así, algo **más de la mitad opina que la IA tendrá un impacto positivo en las tareas del hogar (54,5%) y en la educación y aprendizaje continuo (53,2%)**. De forma similar, cerca de la mitad cree que será beneficiosa para el transporte (47,9%) y para el arte y entretenimiento (44,8%).

Gráfico 34 - **El impacto de la inteligencia artificial en diferentes aspectos de la vida**  
Pregunta: ¿Cómo crees que afectará la inteligencia artificial a los siguientes aspectos de la vida?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## 07

# La digitalización en la Administración pública

El proceso de digitalización también ha afectado notablemente a la Administración pública pues, como el resto de los sectores, ha tenido que ir adaptándose, facilitando, entre otras, la realización de trámites administrativos de forma *online*.

**Un porcentaje significativo declara que el uso de aplicaciones y servicios digitales ofrecidos por las Administraciones públicas son fáciles de utilizar.** En concreto, algo más de seis de cada diez personas afirman que es sencillo encontrar lo que buscan o necesitan (63,4%) y confiesan que les resulta **fácil realizar gestiones *online*** tanto con las Administraciones públicas (58,4%) como con los servicios públicos de salud (64,9%). Además, más de la mitad (el 58,1%) cree que, en general, las páginas web de las Administraciones públicas son sencillas de usar e intuitivas para navegar en ellas.

Sin embargo, **cerca de la mitad (46,8%) admite también haber tenido que acudir de forma presencial a realizar algún trámite porque la página *online* daba problemas.** Igualmente, solo el 43,2% considera que la navegación esté bien adaptada a las personas con discapacidad y que, por lo tanto, sean inclusivas.

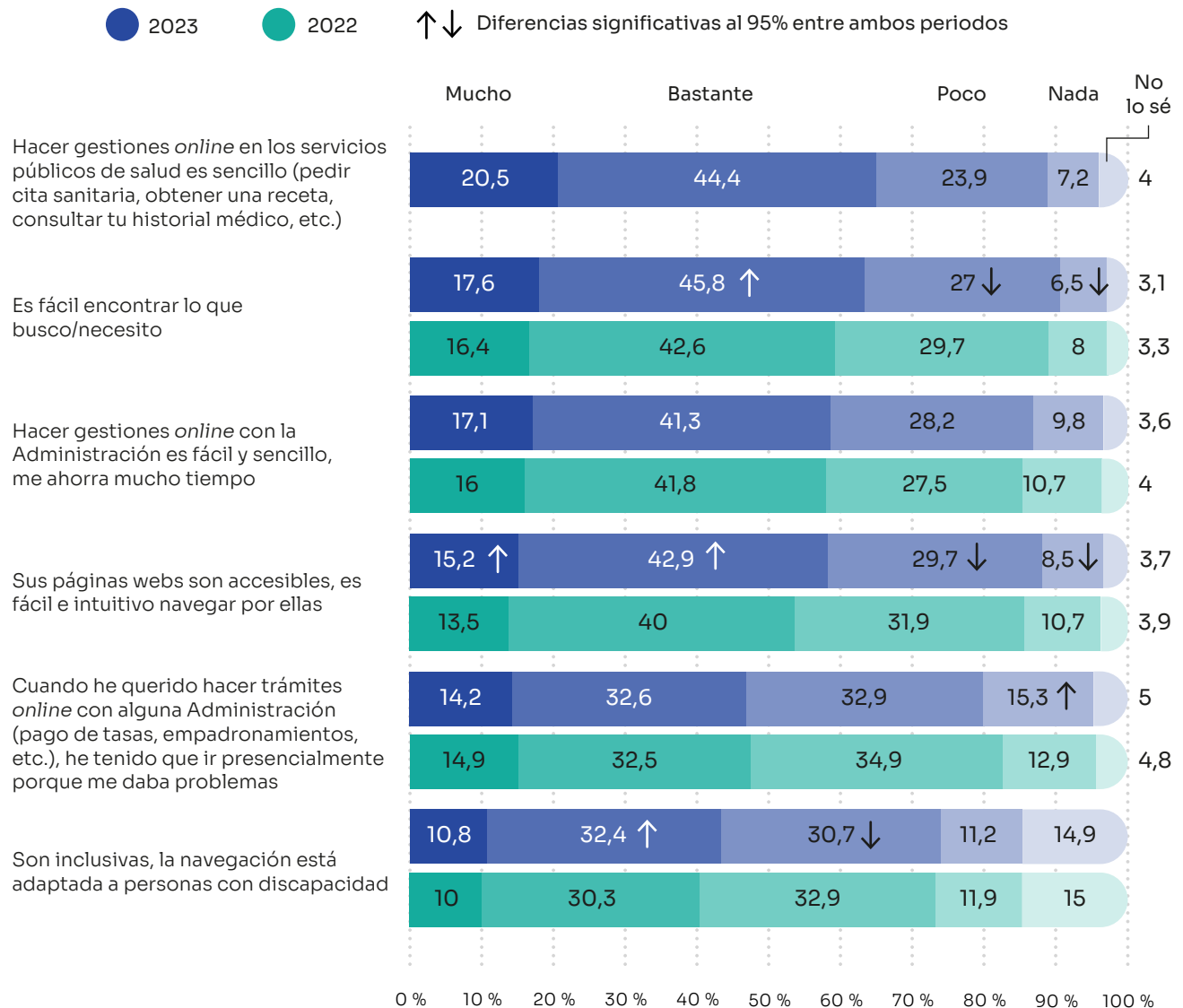
**A pesar de ello, se observa una notable mejora en la imagen ciudadana de la Administración y los servicios públicos:** en el último año ha aumentado el porcentaje que considera fácil encontrar lo que busca (+4,4 puntos porcentuales), que cree que es sencillo e intuitivo navegar por sus páginas webs (+4,6 puntos porcentuales) y que opina que estas webs son inclusivas (+2,9 puntos porcentuales).



## Gráfico 35 - Evolución de la imagen de la Administración pública

Pregunta (en la edición de 2022): Pensando en las Administraciones públicas, ¿en qué medida crees que...?

Pregunta (en la edición de 2023): Pensando en las Administraciones y servicios públicos, ¿en qué medida crees que...?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Preguntada acerca de la responsabilidad de mejorar los recursos y las competencias digitales de la propia ciudadanía, más de la mitad señala a la **Administración pública como la principal responsable de facilitar el acceso a Internet a las personas que se han quedado fuera (64,6%), ayudar a mejorar las competencias digitales de la ciudadanía menos avanzada digitalmente (62,7%)** y dotar de dispositivos tecnológicos a las personas que lo necesiten (54,4%).

**Después de las Administraciones públicas, se señala a la propia ciudadanía como responsable, con un aumento en el último año:** el 13,8% admite ser responsable del acceso a Internet (+2,2 puntos porcentuales), el 20,7% de dotarse de dispositivos (+3,3 puntos porcentuales) y el 14,6% de mejorar sus competencias digitales.

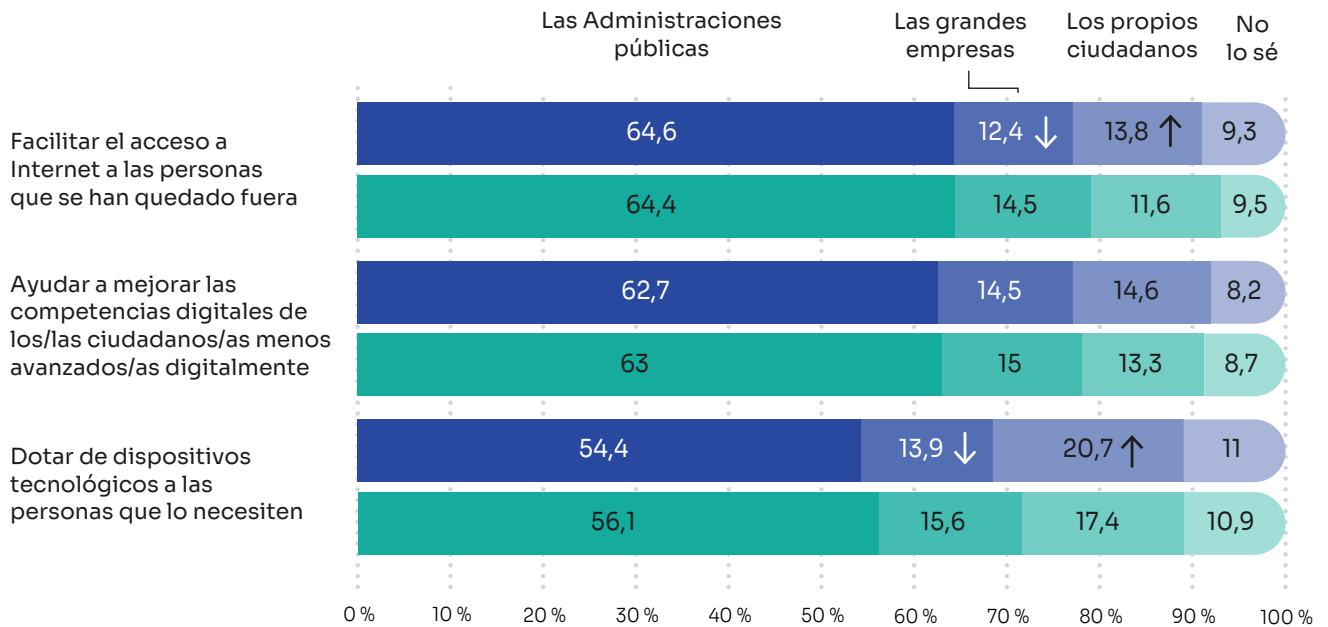
### Gráfico 36 - Evolución de percepción sobre la responsabilidad en la mejora de recursos y competencias digitales

Pregunta: ¿Quién crees que tiene la responsabilidad de...?

● 2023

● 2022

↑↓ Diferencias significativas al 95% entre ambos periodos



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta





## 08

# Brechas digitales

En la sociedad actual, **el acceso a la información y la comunicación** es crucial. Sin embargo, **persisten carencias que afectan a diversos grupos**, como individuos con discapacidad, comunidades rurales o personas con bajos recursos. **La falta de infraestructura, la brecha de conocimientos digitales y la exclusión social son obstáculos que limitan el acceso.** Es fundamental abordar estas carencias de manera inclusiva para lograr una sociedad más conectada y equitativa.

En cuanto a las deficiencias informativas y comunicativas que afronta la población, se observa que, aunque el 24,3% no siente que haya carecido de nada en el último año, **más de un tercio afirma que echa en falta un acceso más sencillo a la información (32,5%) y una mejor calidad de la misma (31,9%)**. Asimismo, más del 25% de las personas considera que necesita una mejora en la conexión a Internet y de las plataformas tecnológicas (22,8%), así como un aumento en sus conocimientos y habilidades tecnológicas (22,6%) y una formación digital más completa (20,7%).

Finalmente, un 17,1% de la población menciona la falta de recursos materiales mientras que un 9,1% destaca la carencia de sistemas de domótica.

Más del 25% de las personas considera que necesita una mejora en la conexión a Internet

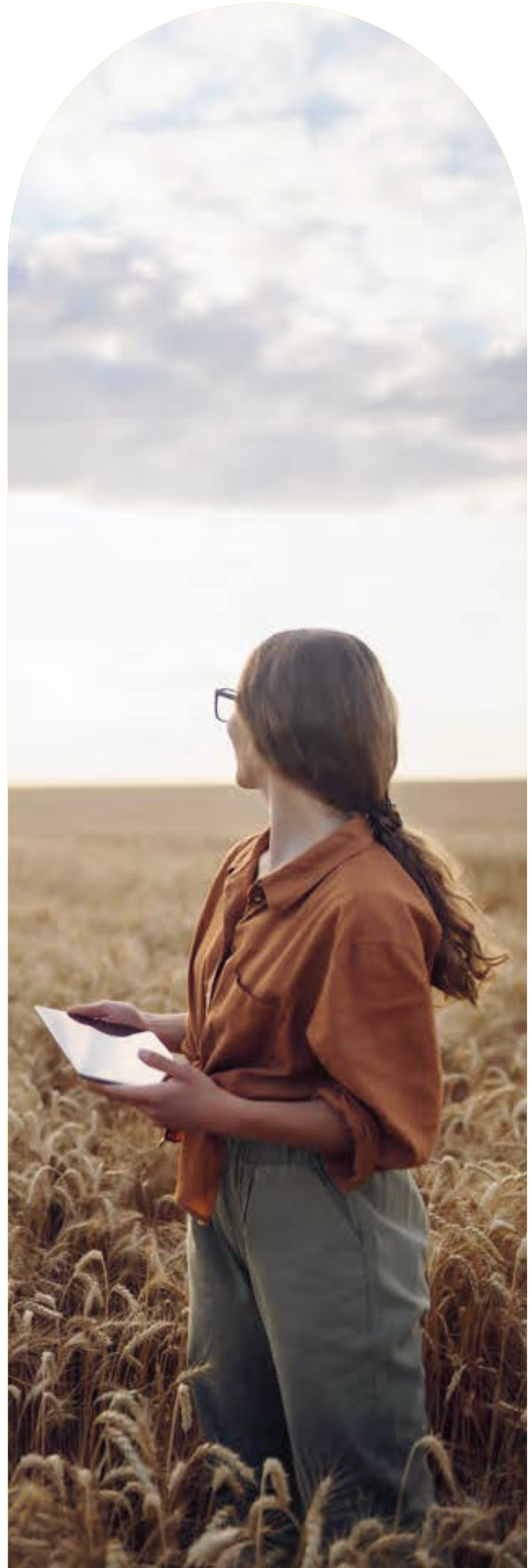
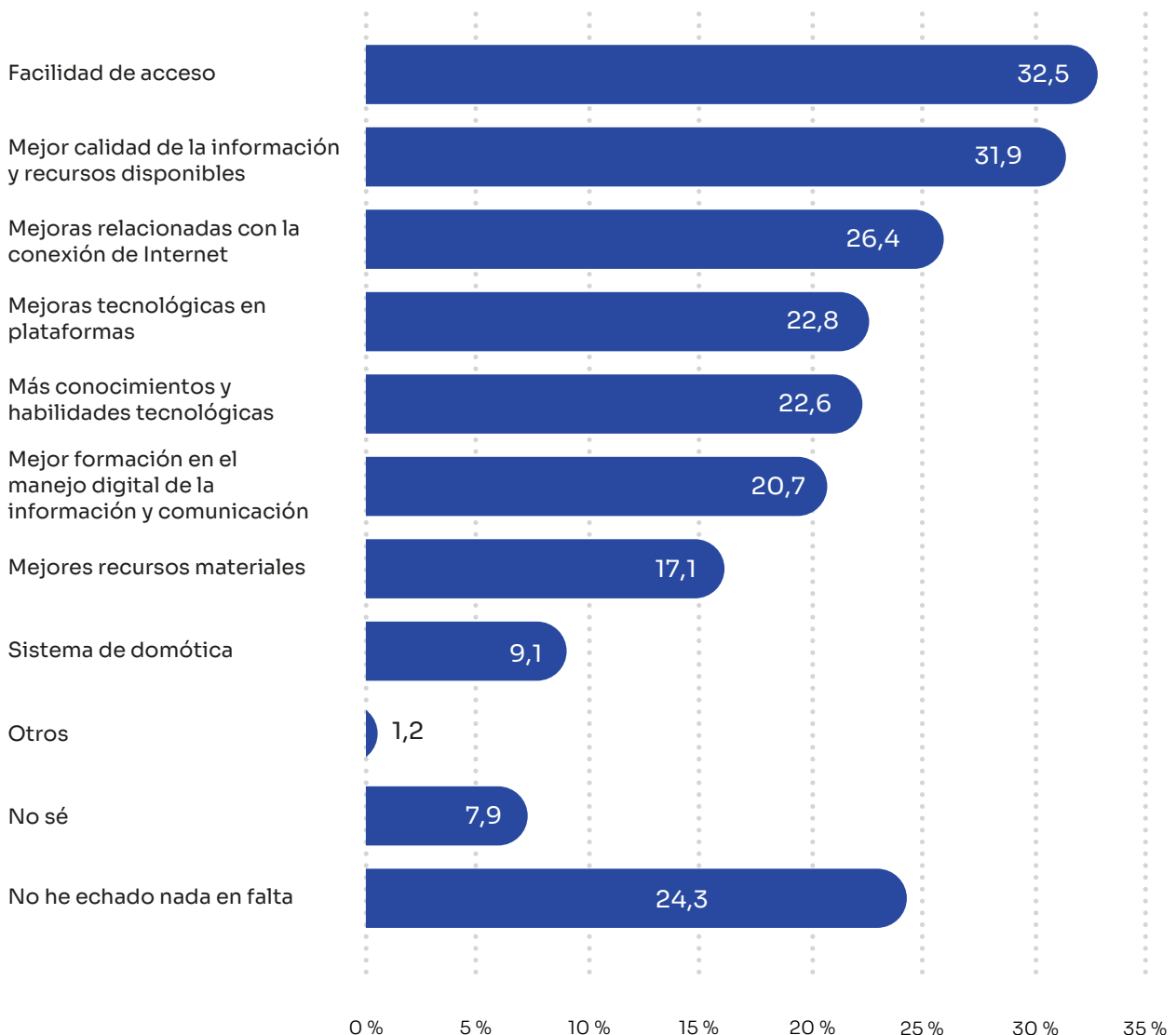


Gráfico 37 - **Las carencias actuales en el acceso a la información y comunicación**

Pregunta: Durante el último año, ¿has echado algo en falta en el acceso a la información y la comunicación? Selecciona todas las que correspondan.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Según la ciudadanía, **las personas mayores y económicamente vulnerables continúan siendo los grupos más perjudicados por la digitalización**. El 47,5% cree que las clases sociales con menos recursos se ven perjudicadas por este proceso, mientras que un 47,7% piensa lo mismo con respecto a la tercera edad.

En menor medida, un 32,6% considera que **la digitalización también perjudica a quienes viven en zonas rurales. Por otro lado, las personas jóvenes y las que residen en áreas**

**urbanas son vistas como las más beneficiadas por la digitalización**, con un 47,2% y un 45,7%, respectivamente.

En cuanto al género, se observa que influye en menor medida. Alrededor del 45% responde que la digitalización ni beneficia ni perjudica a las mujeres o a los hombres.



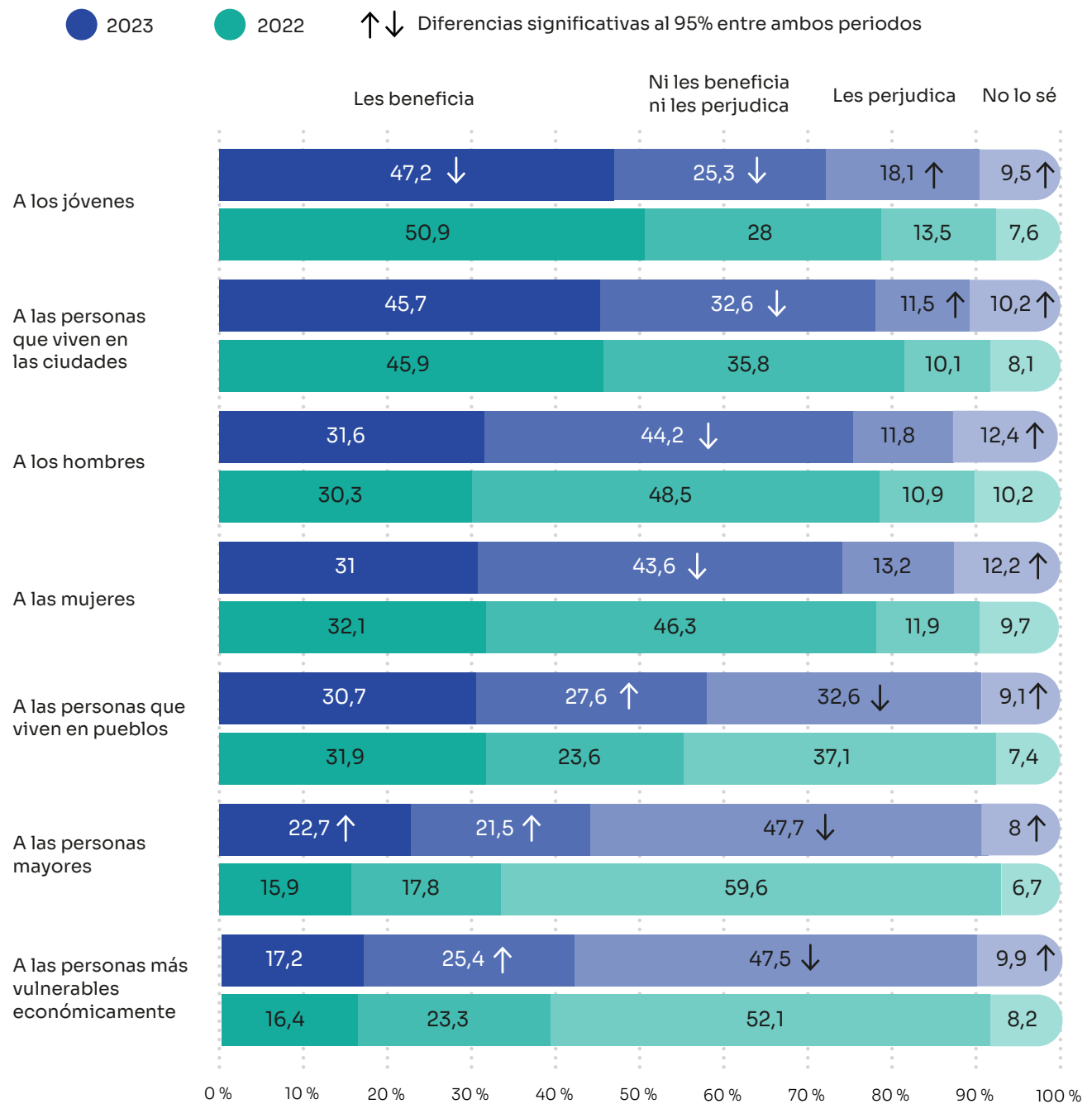
Cabe destacar algunos cambios significativos respecto al año anterior: **disminuye la percepción de que las personas económicamente vulnerables** (-4,6 puntos porcentuales), **las de tercera edad** (-11,9 puntos porcentuales) **y las que viven en pueblos** (-4,5 puntos porcentuales) **salen perjudicadas en la era digital**. Además, también **se percibe menos que los jóvenes sean los más favorecidos** (-3,7 puntos porcentuales), lo cual **puede estar vinculado a los efectos adversos de las redes sociales**. Por último, en cuanto a la población urbana y al género, ha disminuido el porcentaje que afirma que la digitalización ni les beneficia ni perjudica.

En conclusión, **la sociedad en su conjunto percibe una disminución de las brechas digitales en comparación con el año anterior**, sobre todo en las personas mayores, las clases sociales con menos recursos y las que residen en áreas rurales. No obstante, los jóvenes representan una excepción, ya que la percepción de que la digitalización les perjudica ha aumentado.

La sociedad en su conjunto percibe, en 2023, una disminución de las brechas digitales

## Gráfico 38 - ¿Cómo afecta la digitalización a los distintos grupos?

Pregunta: Pensando en las consecuencias de la digitalización en la sociedad, ¿cómo crees que afecta a los siguientes grupos?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Con el propósito de **evaluar la precisión de estas percepciones y determinar la presencia de brechas digitales** en la sociedad, utilizamos de nuevo el nivel de acuerdo con la declaración **'estoy muy al tanto de los avances de tecnología y procuro informarme y/o adquirir los últimos productos tecnológicos'**. Esta variable es un **indicador fiable para medir la afinidad con la tecnología y el nivel de interés o habilidad para mantenerse actualizado/a**, tal como ha sido demostrado previamente por Belén Barreiro en su libro *La sociedad que seremos. Digitales, analógicos, acomodados y empobrecidos* (Planeta, 2017).

De acuerdo con los datos del gráfico, se puede apreciar que el 63,5% de los jóvenes de 16 a 24 años está muy o bastante de acuerdo con la afirmación, mientras que, entre las personas mayores de 65 años, este porcentaje disminuye significativamente al 40,1%.

En términos generales, **a medida que aumenta la edad de las personas encuestadas, se observa una tendencia a sentir menos interés por la tecnología.** Además, en el año 2023, **la brecha entre los más jóvenes y los más mayores** (-23,4 puntos porcentuales) ha experimentado **un ligero aumento** en comparación con el año 2022 (-22,7 puntos porcentuales).

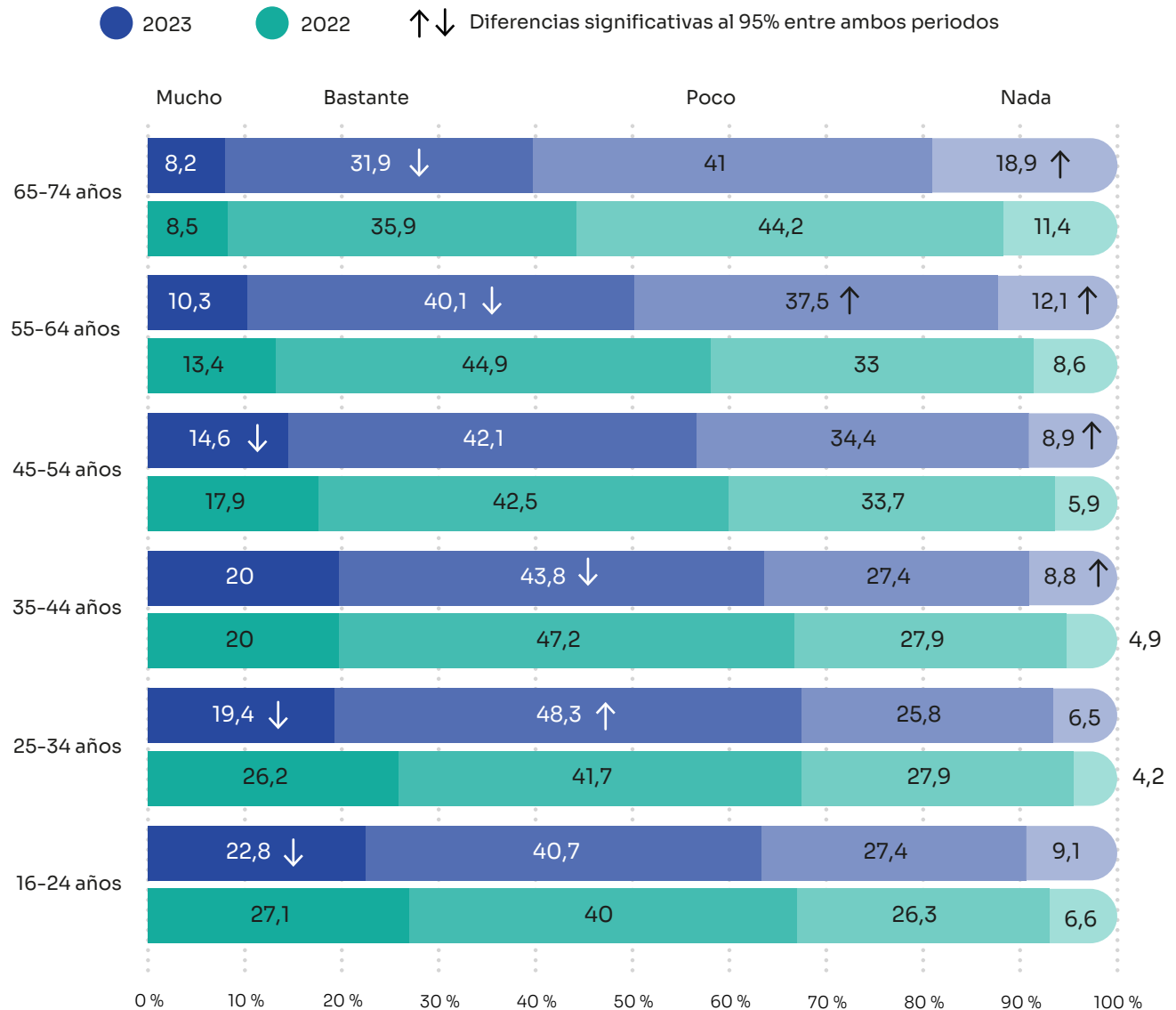


A medida que aumenta la edad de las personas encuestadas, se observa menos interés por la tecnología



## Gráfico 39 - Evolución del grado de digitalización (por edades)

Pregunta: ¿En qué medida te identificas con cada una de las siguientes afirmaciones?: Estoy muy al tanto de los avances en tecnología y procuro informarme y/o adquirir los últimos productos tecnológicos.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

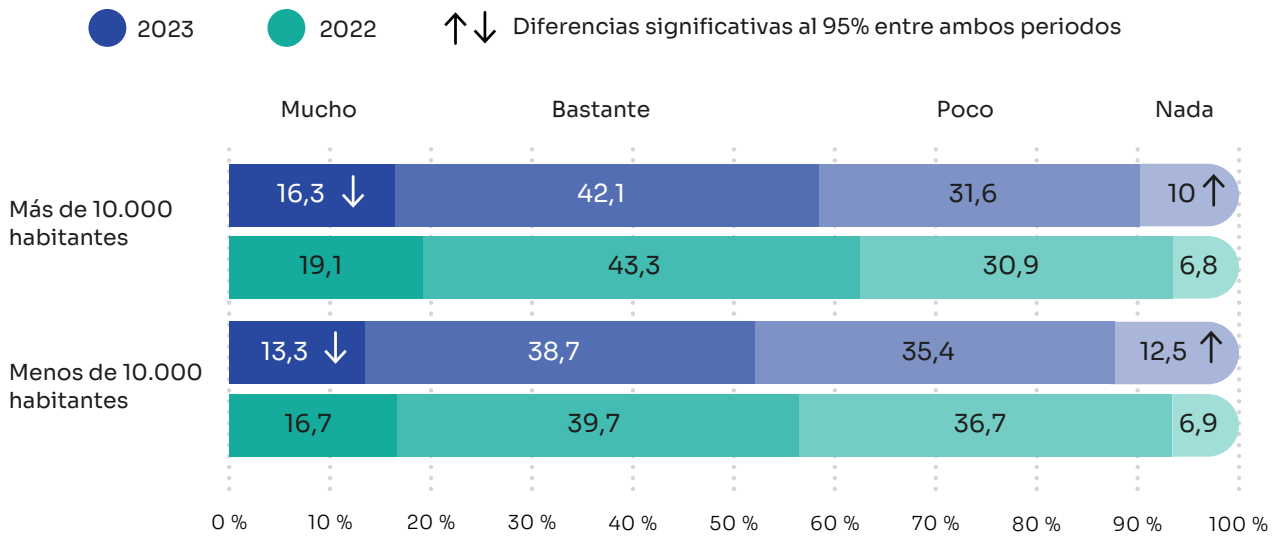
En cuanto al tamaño del hábitat, se observa que **las diferencias entre municipios son más moderadas** que las que se presentan según la edad. En ciudades con una población superior a 10.000 habitantes, el 58,4% de las personas se considera muy o bastante al tanto de los avances tecnológicos, mientras que, en aquellas con menos de 10.000 habitantes, dicho porcentaje disminuye al 52%.

Por otro lado, se observa que esta brecha se ha mantenido en el último año pues la diferencia entre el interés tecnológico entre áreas urbanas y rurales en el 2022 (-6 puntos porcentuales) es prácticamente la misma que en el 2023 (-6,4 puntos porcentuales).



## Gráfico 40 - Evolución del grado de digitalización (por tamaño de hábitat)

Pregunta: ¿En qué medida te identificas con cada una de las siguientes afirmaciones?: Estoy muy al tanto de los avances en tecnología y procuro informarme y/o adquirir los últimos productos tecnológicos.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

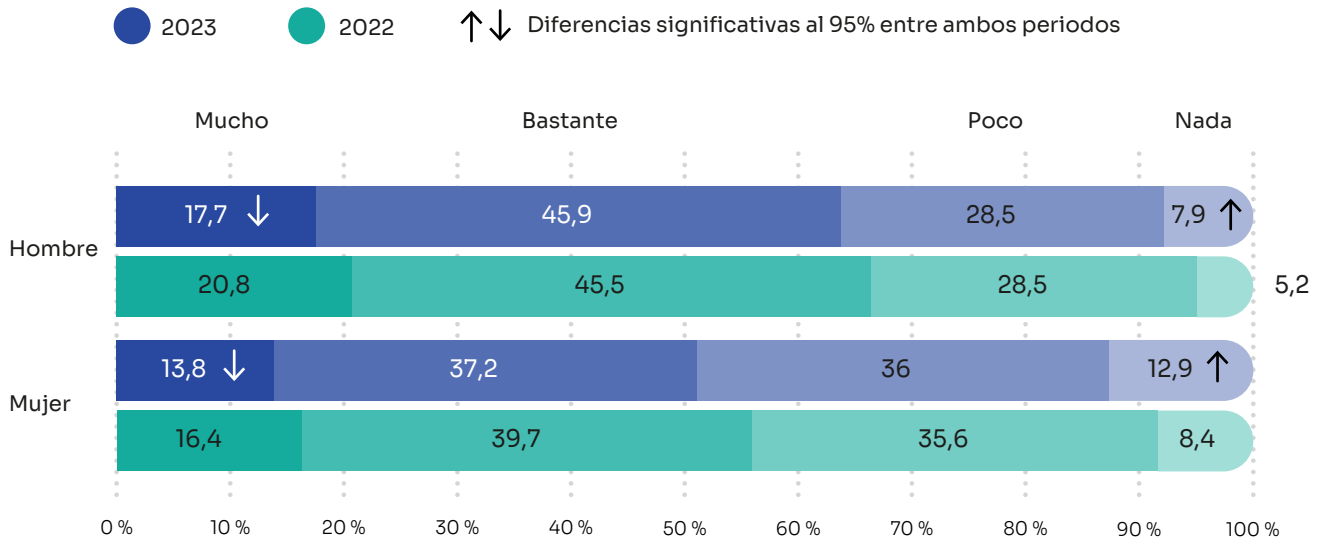
Aunque las personas entrevistadas no perciben una brecha de género con respecto a la digitalización, el estudio revela que sí **existen diferencias en la afinidad digital entre mujeres y hombres: ellas sienten menos interés en este aspecto**. Mientras que el 63,6% (-2,7 puntos porcentuales respecto a 2022) de los hombres asegura tener mucho o bastante interés por estar

en la vanguardia tecnológica, solo el 51% (-5,1 puntos porcentuales) de las mujeres comparte esa percepción, lo que representa una diferencia de más de 10 puntos porcentuales. Cabe destacar que, en el año 2023, **la brecha entre hombres y mujeres** (-12,6 puntos porcentuales) **se ha incrementado** ligeramente en comparación con el año 2022 (-10,2 puntos porcentuales).



## Gráfico 41 - Evolución del grado de digitalización (por sexo)

Pregunta: ¿En qué medida te identificas con cada una de las siguientes afirmaciones?:  
Estoy muy al tanto de los avances en tecnología y procuro informarme y/o adquirir los últimos productos tecnológicos.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Por último, se puede observar **una relación significativa entre la vulnerabilidad económica y el nivel de digitalización** de las personas encuestadas. Entre aquellas con capacidad de ahorro y cierto desahogo económico, el 63,2% está al tanto de los avances tecnológicos, mientras que entre aquellas que no llegan a fin de mes, este porcentaje se reduce al 47,8%, lo que representa una diferencia de más de 15 puntos porcentuales. Esto sugiere que la situación económica influye notablemente en el acceso y conocimiento tecnológico de las personas encuestadas.

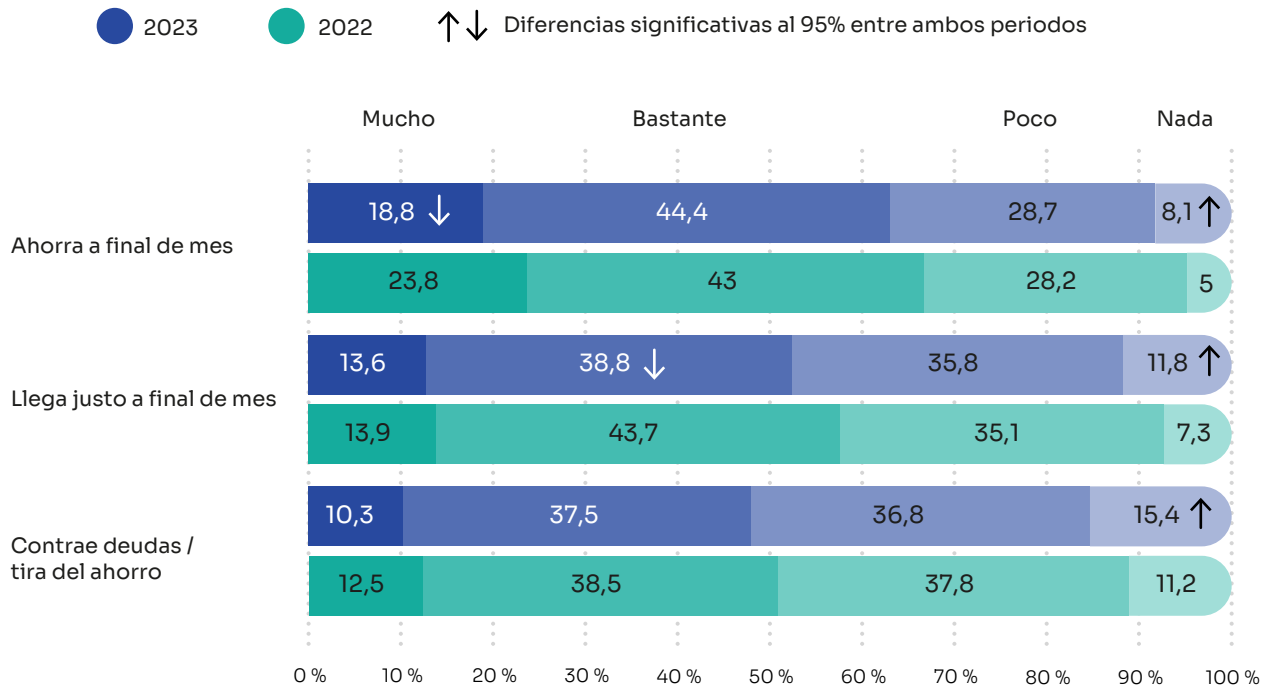
En 2023, la brecha entre personas con buena situación económica y las que enfrentan dificultades para llegar a fin de mes se mantuvo en -15,4 puntos porcentuales, similar a los -15,8 puntos porcentuales del año anterior. A pesar de ello, **se aprecia una disminución en el interés por la digitalización entre aquellos que tienen la posibilidad de ahorrar** (-3,6 puntos porcentuales) y **aquellos que llegan justos al final del mes** (-5,2 puntos porcentuales).

En resumen, las brechas digitales por edad, tamaño de hábitat, género y situación económica medidas a través de esta variable se han mantenido o aumentado ligeramente entre 2022 y 2023.

La situación económica influye notablemente en el acceso y conocimiento tecnológico de las personas encuestadas

Gráfico 42 - Evolución del grado de digitalización (por situación económica)

Pregunta: ¿En qué medida te identificas con cada una de las siguientes afirmaciones?: Estoy muy al tanto de los avances en tecnología y procuro informarme y/o adquirir los últimos productos tecnológicos.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

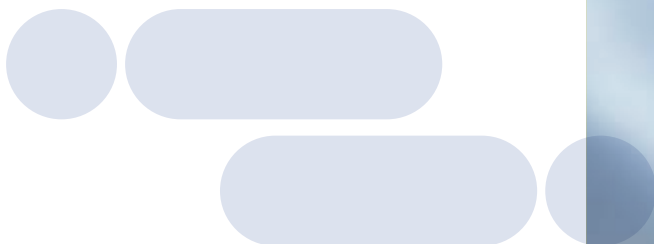
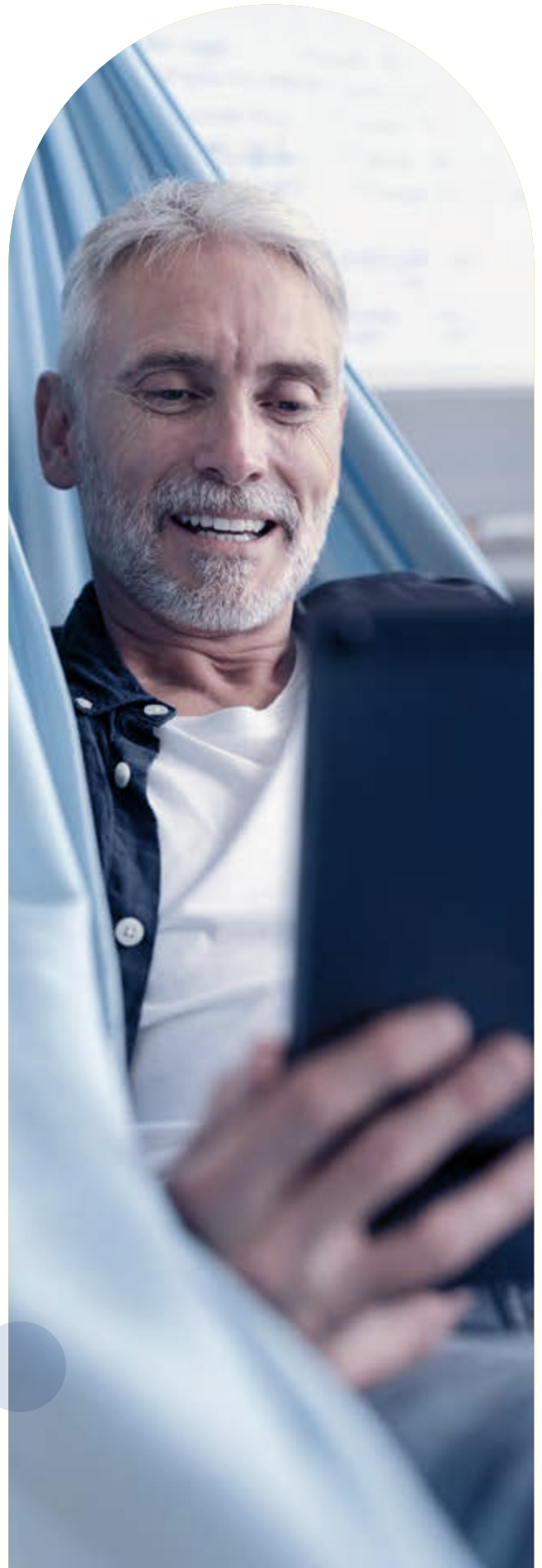


09

# Bienestar subjetivo y digitalización

Uno de los principales objetivos de esta nueva ola es contribuir al análisis de un tema relativamente emergente: la **relación entre la digitalización y el bienestar subjetivo de la sociedad**. Y, en concreto, comprender **en detalle cómo el nivel de digitalización afecta al bienestar subjetivo**.

Este objetivo se alinea con **una recomendación clave del informe *Going Digital Measurement de la OCDE (2019)***, que aboga por ampliar la medición de los impactos de la transformación digital en la esfera social y el bienestar, ya que esta transformación influye en prácticamente todos los aspectos de la vida. Comprender el impacto de la tecnología en el bienestar de las personas es fundamental para **maximizar las oportunidades que ofrece y minimizar los riesgos asociados**. Además, el análisis puede proporcionar hallazgos valiosos para la formulación de políticas y prácticas que promuevan el bienestar en la era digital.





Con el fin de medir el grado de bienestar subjetivo de la ciudadanía española se introdujeron en el cuestionario las siguientes cinco preguntas (medidas en una escala de 0 a 10), siguiendo las recomendaciones contenidas en el documento *OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-Being* de la OCDE:

- Grado de satisfacción general con la vida (P1)
- Nivel de satisfacción personal y realización con su vida (P2)
- Grado en el que se habían sentido felices el día anterior (P3.1)
- Grado en el que se habían sentido preocupados el día anterior (P3.2)
- Grado en el que se habían sentido decaídos el día anterior (P3.3)

En este capítulo, se comenzará con **un análisis comparativo del grado de digitalización entre personas con niveles elevados y bajos de bienestar subjetivo**. Esto proporcionará **una visión general de la relación** entre el bienestar y la digitalización. Luego, se profundizará aún más mediante **un análisis estadístico avanzado**, utilizando modelos de regresión lineal para **entender cómo los diversos niveles de digitalización impactan en el bienestar subjetivo** de la población.

## 9.1 Análisis comparativo del nivel de digitalización según el nivel de bienestar

Con el propósito de comprender cómo las personas con un alto y bajo bienestar subjetivo interactúan con la tecnología, se **han creado dos perfiles basados en los niveles de bienestar reportados en las siguientes dos preguntas**:

**A) P1.** En términos generales, ¿en qué medida estás satisfecho/a con tu vida actualmente?

Utiliza la siguiente escala en la que 0 significa “Completamente insatisfecho/a” y 10 “Completamente satisfecho/a”.

**B) P2.** Y, en general, ¿sientes que las cosas que haces en tu vida merecen la pena?

Utiliza la siguiente escala en la que 0 significa “No merecen la pena” y 10 “Merecen totalmente la pena”.

La decisión de combinar estas dos variables se basa en las recomendaciones del documento de la OCDE mencionado anteriormente, que sugiere que “sumando las respuestas de varios ítems produciremos resultados más fiables acerca del bienestar, reduciendo algo del impacto de los errores de medición”. Además, al tratarse de dos preguntas que evalúan el bienestar desde dos perspectivas diferentes, la evaluativa y la eudaimónica (bienestar que proviene de disfrutar de una vida plena y con propósito), se obtiene una variable compuesta que mide el bienestar de **manera más completa y fiable**.

Para la creación de los dos perfiles se han establecido rangos de bajo y alto bienestar para cada variable, tomando como referencia los valores correspondientes al percentil más bajo y alto de cada pregunta:

**A)** Se definen como personas con “bajo bienestar” subjetivo aquellas que respondieron un valor igual o inferior a “4” en la pregunta 1 y un valor igual o inferior a “5” en la pregunta 2. Este grupo comprende a los individuos entrevistados que están dentro del 10% con menor nivel de bienestar en ambas preguntas y representan el 9,4% de la población general.

**B)** Se definen como personas con “alto bienestar” subjetivo a aquellas que marcaron un valor “9” o “10” en la pregunta 1 y un valor “10” en la pregunta 2. Este grupo incluye a los sujetos entrevistados que están dentro del 10% con mayor nivel de bienestar en ambas preguntas y que constituyen el 8,5% de la población general.

A continuación, se presentan las **variables más relevantes relacionadas con la digitalización de ambos perfiles**.



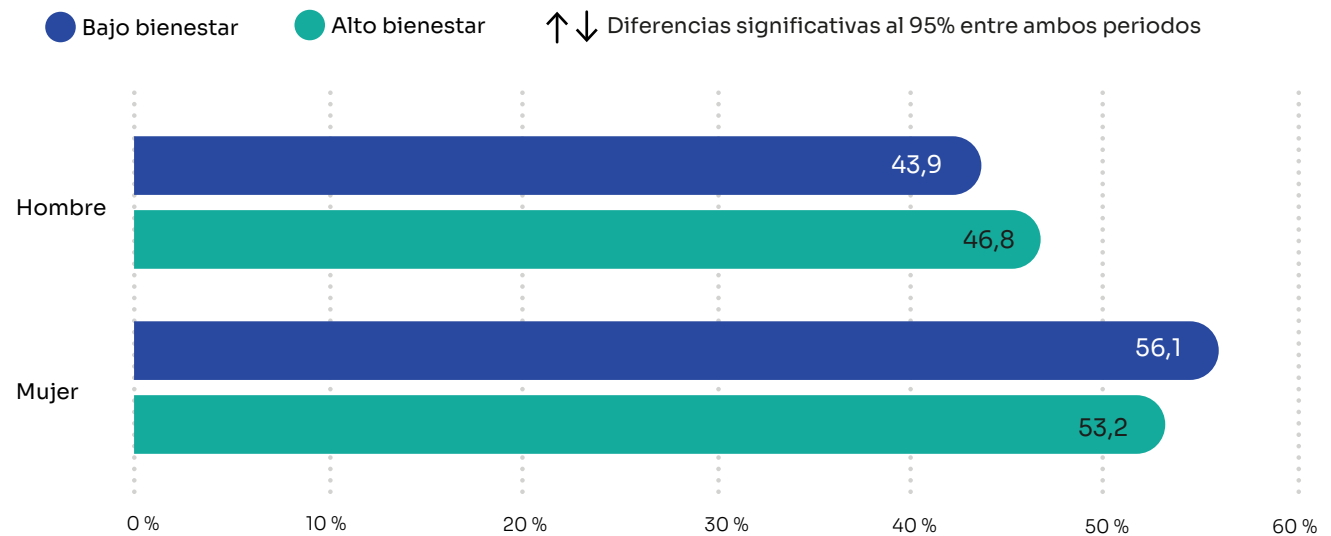
## A) Perfil sociodemográfico

En lo que respecta al **perfil sociodemográfico** de ambos grupos, se observa una **similitud en la composición por género**, pero se destacan **diferencias significativas en términos de edad y nivel socioeconómico**.

El grupo que muestra mayores niveles de bienestar subjetivo está compuesto en mayor medida por personas jóvenes (16-24 años) y mayores (65-74 años) y, en menor medida, de mediana edad (45-54 años). En cuanto al nivel socioeconómico, **las personas con niveles más bajos de bienestar tienen un estatus inferior** en comparación con aquellos con niveles más altos de bienestar.

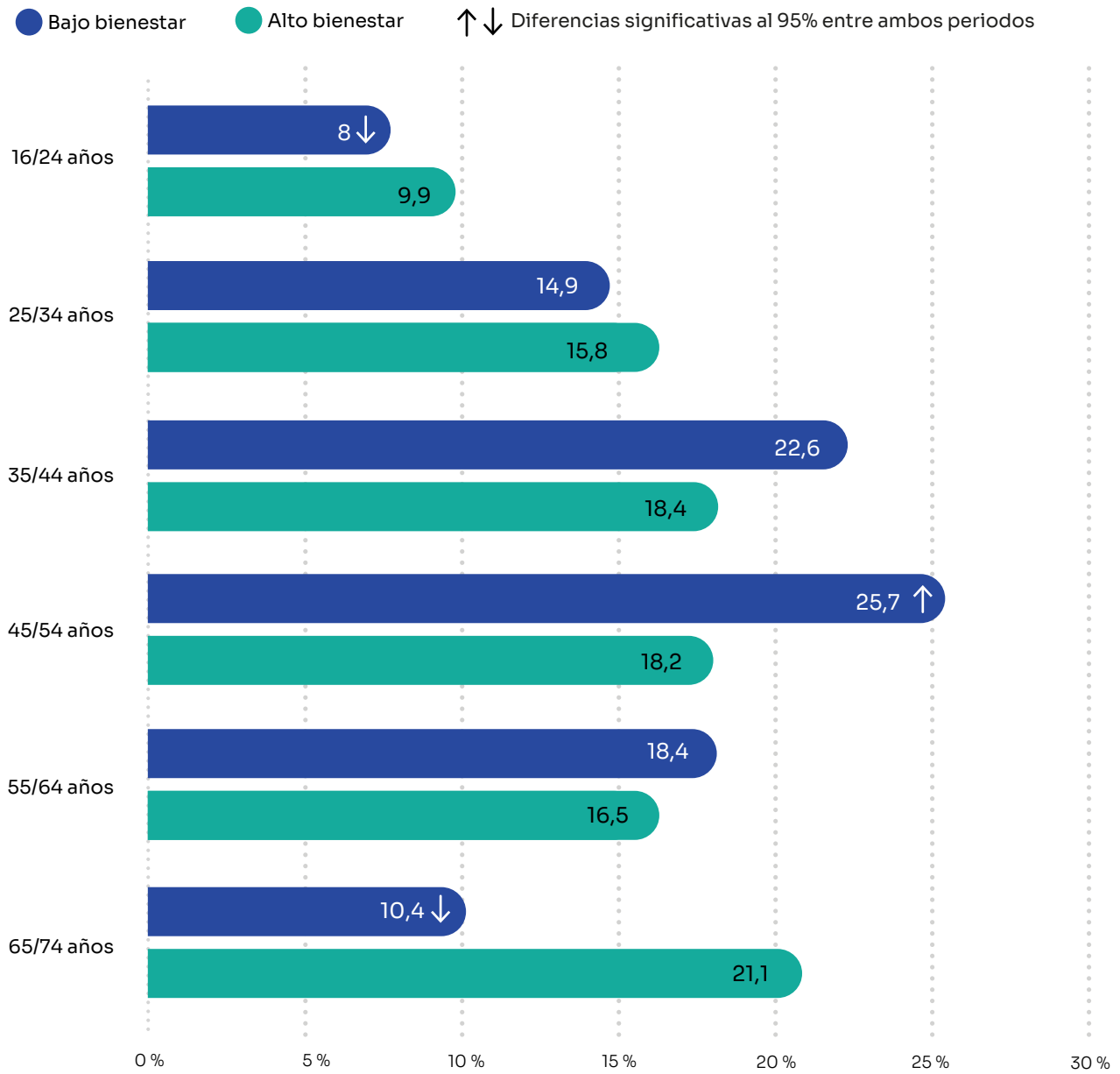


Gráfico 43 - Distribución por género (por nivel de bienestar)



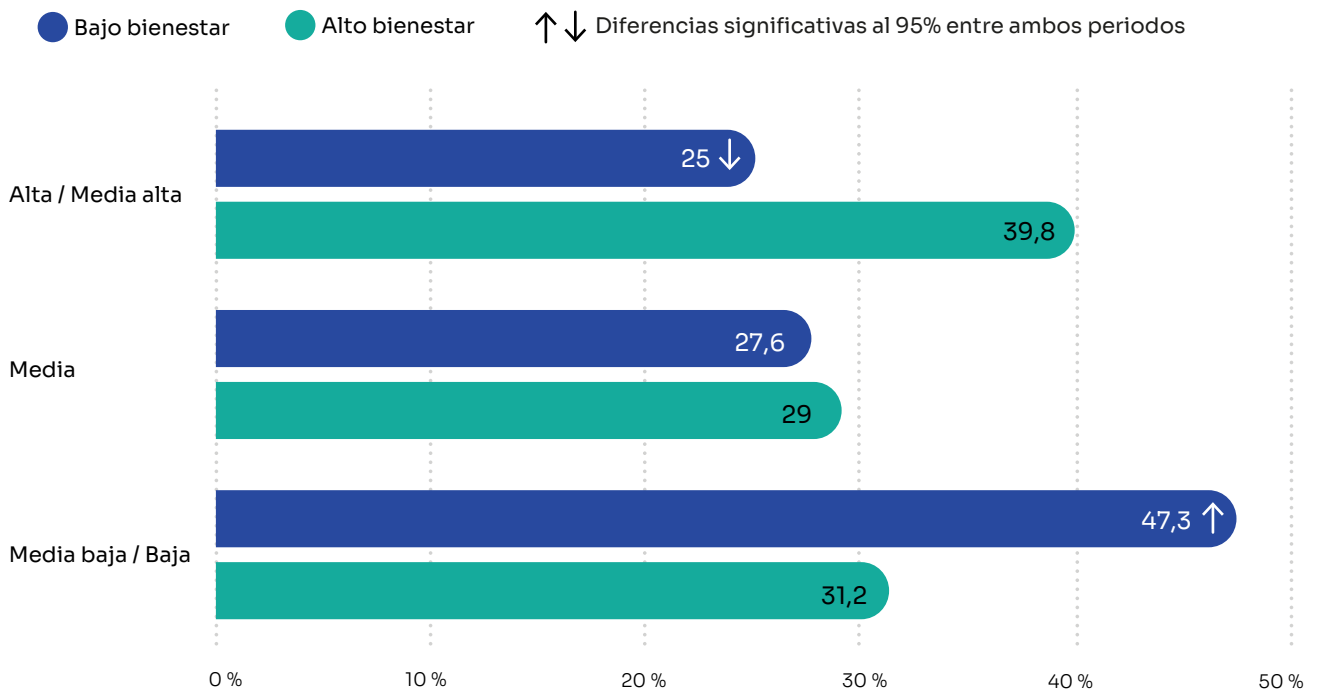
Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Gráfico 44 - Porcentaje de personas en cada tramo de edad (por nivel de bienestar)



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Gráfico 45 - Porcentaje de personas de cada nivel socioeconómico (por nivel de bienestar)



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## B) Internet y la tecnología en la vida cotidiana

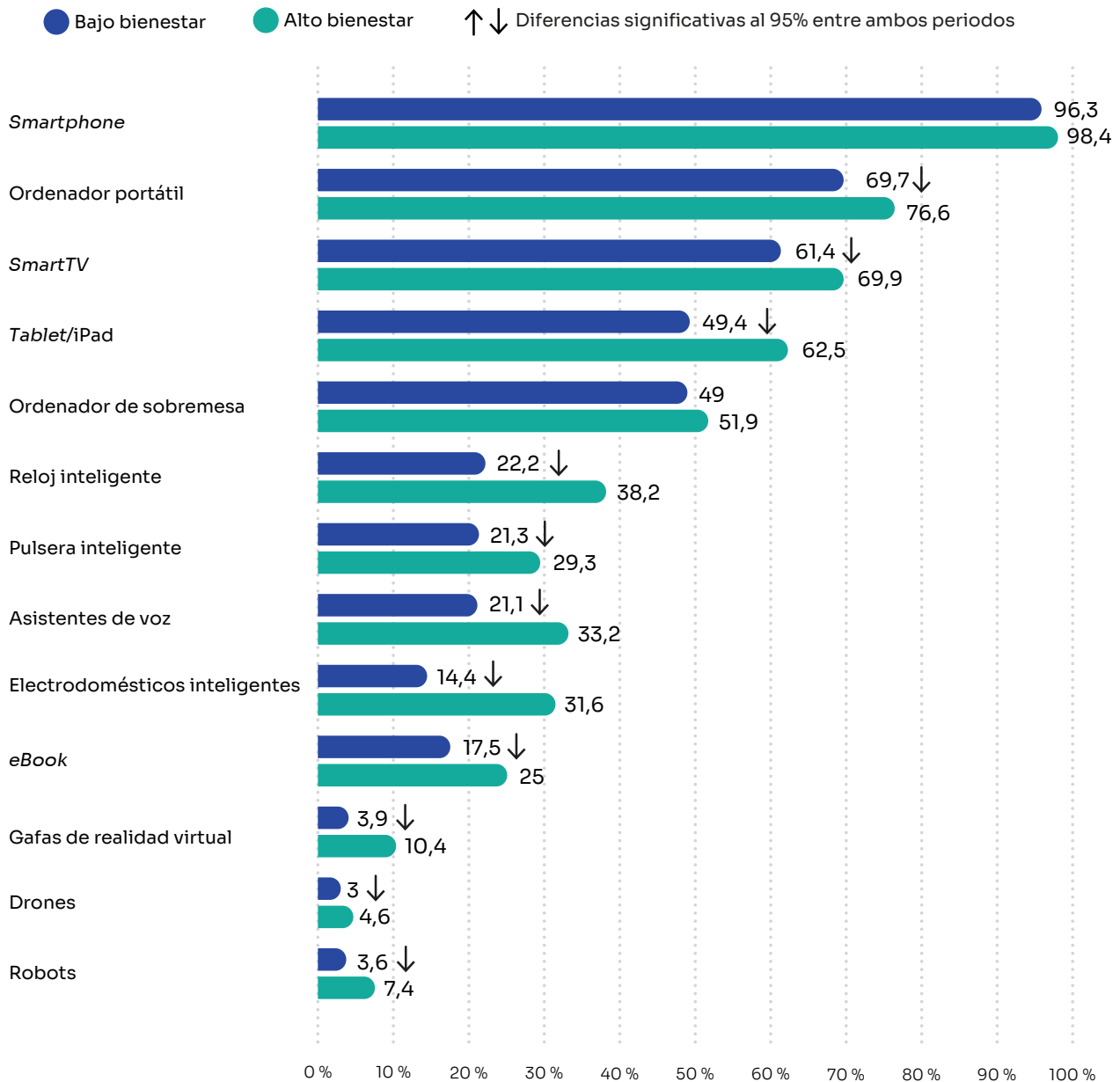
En cuanto a la tenencia de **dispositivos tecnológicos**, se observa una relación directa con el nivel de bienestar: las personas con un alto bienestar subjetivo declaran tener una mayor cantidad de dispositivos, con la excepción del *Smartphone* y el ordenador de sobremesa.

Por ejemplo, los ordenadores portátiles, las *Smart TV* y las *tablet/iPad* son notablemente más comunes entre las personas con niveles más altos de bienestar subjetivo. También se encuentran diferencias significativas en la posesión de dispositivos como relojes y pulseras inteligentes, asistentes de voz, electrodomésticos inteligentes, *eBooks* e incluso robots y drones entre ambos perfiles.



## Gráfico 46 - Tenencia de dispositivos tecnológicos (por nivel de bienestar)

Pregunta: Indica qué productos o servicios tecnológicos tienes en tu hogar y/o para ti.  
 Marca todas las respuestas necesarias.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

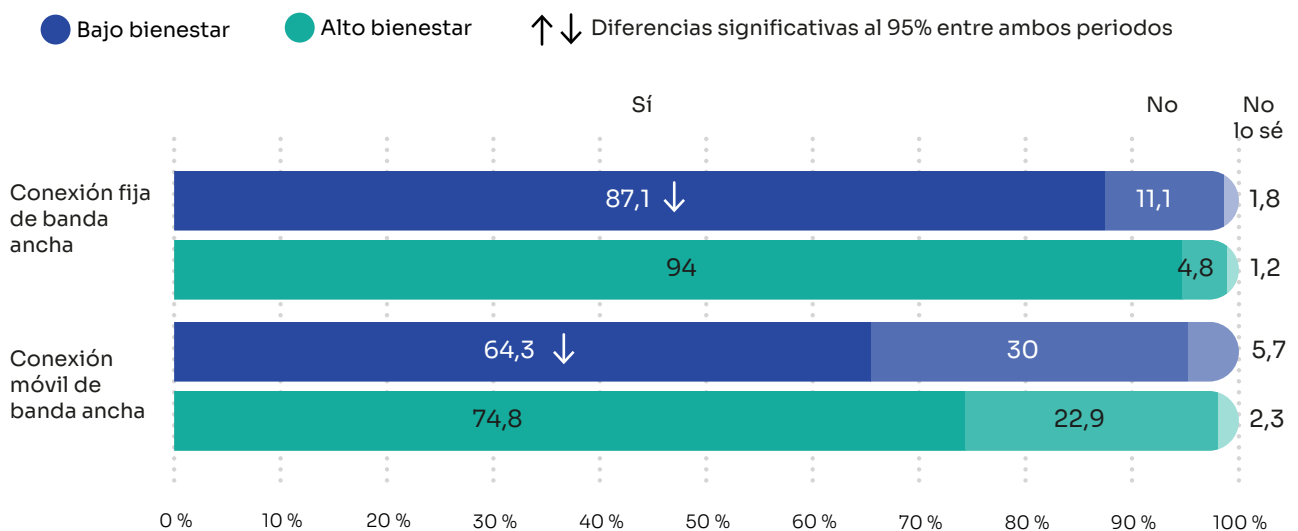
Contar con una conexión a Internet rápida y funcional es fundamental para aprovechar las herramientas digitales. Al igual que en el caso de los dispositivos, **se observan diferencias significativas en cuanto al acceso y a la satisfacción con la conexión a Internet.**

**En relación con el acceso a Internet,** se observan diferencias en la conexión de banda ancha en el hogar y en la conexión móvil. Así, **las personas con menores niveles de bienestar disponen en menor medida de ambos servicios:** el 87,1% tiene conexión de banda ancha en su hogar frente al 94% entre las personas de bienestar subjetivo alto y el 64,3% dispone conexión móvil de banda ancha frente al 74,8% entre las de mayor bienestar.



Gráfico 47 - **Conectividad a Internet en el hogar (por nivel de bienestar)**

Pregunta: ¿Qué tipo de conexión a Internet tienes en tu hogar?



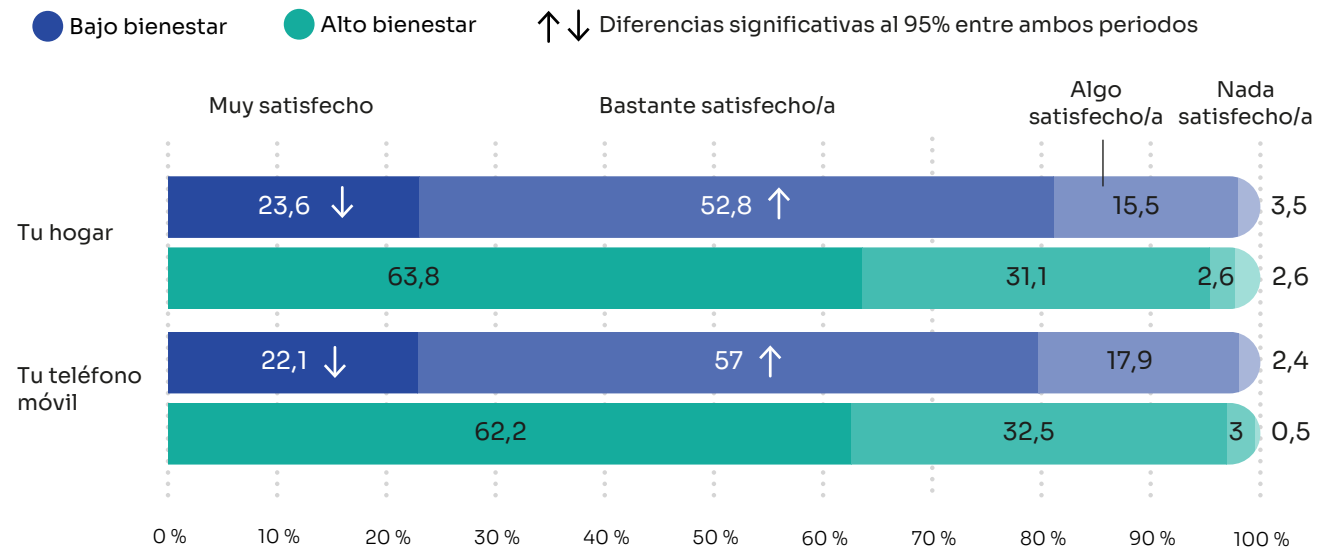
Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



Las personas con **niveles más altos de bienestar** están notablemente más satisfechas con la **conexión a Internet en sus hogares** (63,8% afirma estar “muy satisfecho”) en comparación con aquellos que tienen un nivel de bienestar

subjetivo más bajo (23,6%). Lo **mismo ocurre con la satisfacción respecto a la conexión a Internet desde el teléfono móvil**: las personas con un mayor bienestar experimentan niveles de satisfacción notablemente más elevados.

Gráfico 48 - **La satisfacción con la conexión a Internet (por nivel de bienestar)**  
 Pregunta: Y, ¿cómo de satisfecho/a estás con la conexión a Internet de...?



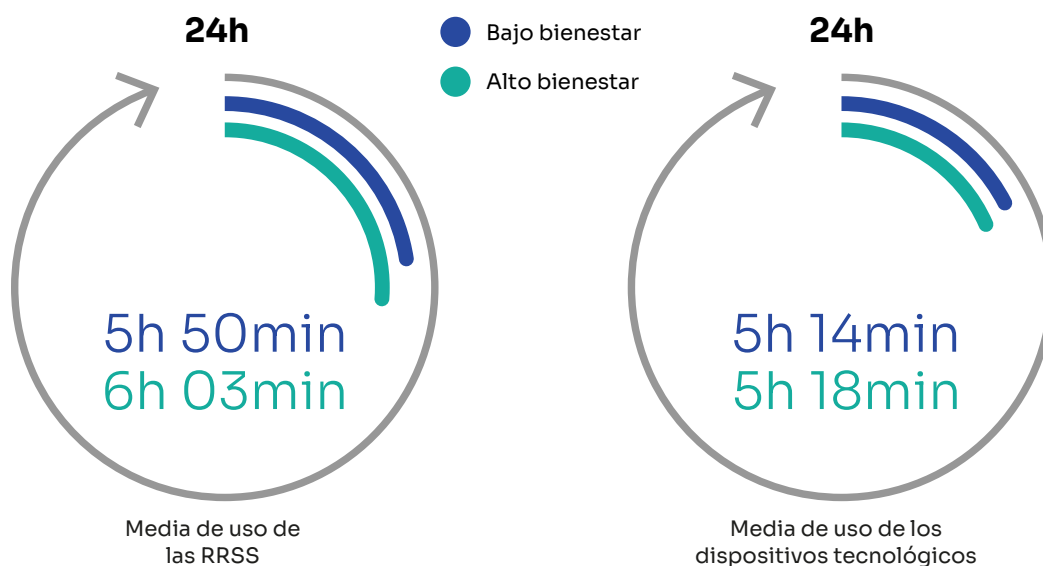
**Base:** Tienen ese tipo de conexión a Internet  
**Fuente:** Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

A pesar de las diferencias en la cantidad de dispositivos que poseen, **no se observan diferencias significativas en cuanto al número de horas** que ambos perfiles dedican tanto a las **redes sociales como al uso de estos dispositivos** fuera de las horas de trabajo y estudio.



Las personas con mayor bienestar experimentan niveles de satisfacción más elevados con su conexión a Internet

Gráfico 49 - Media de tiempo de uso de dispositivos tecnológicos y redes sociales (por nivel de bienestar)



Por otro lado, se observa que las **personas con un mayor bienestar subjetivo utilizan siempre Internet en mayor medida para llevar a cabo actividades de la vida cotidiana**, mientras que **aquellas con niveles más bajos lo hacen de manera condicional** (cuando es la opción más conveniente o cuando no tienen otra alternativa).

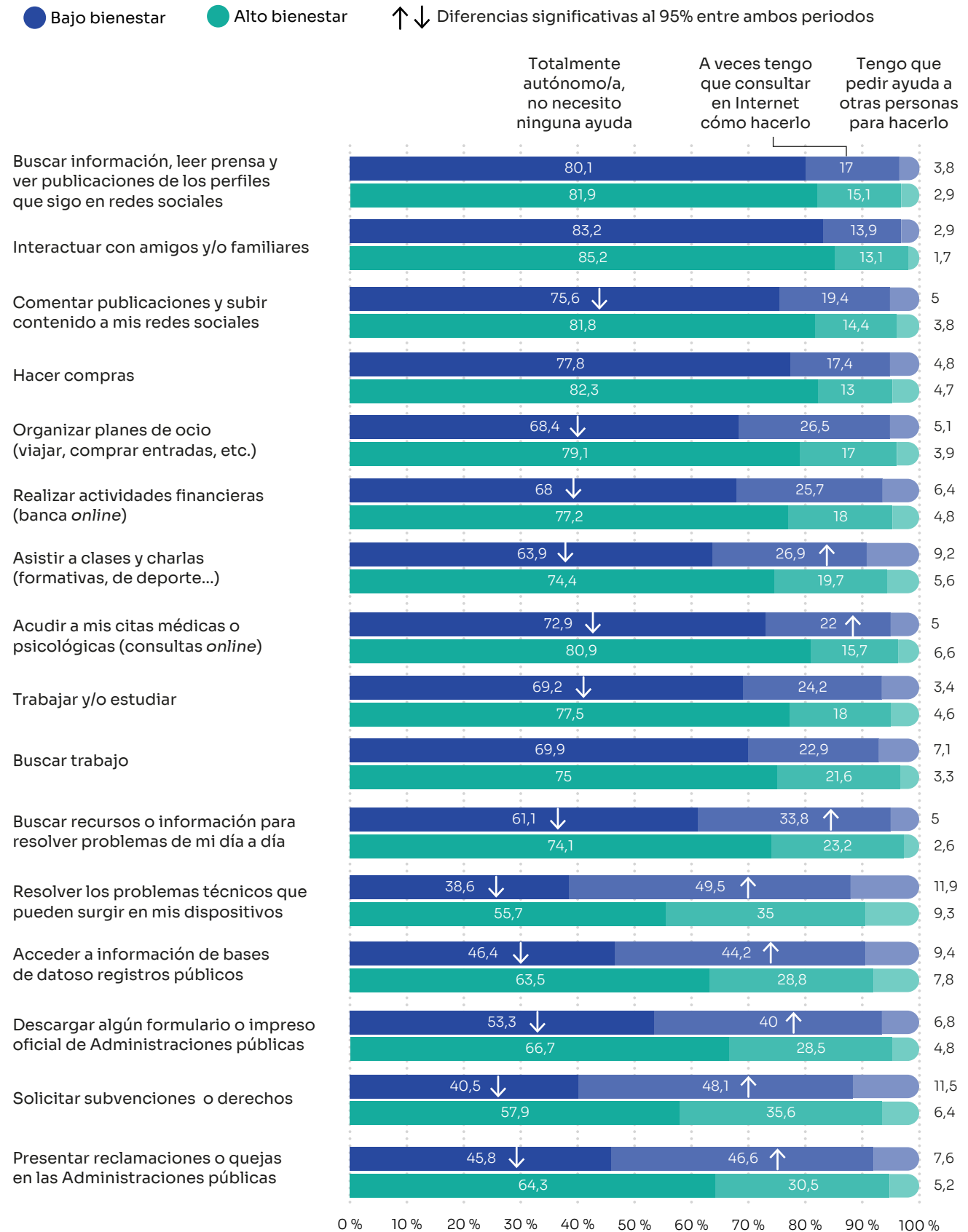
En concreto, tienden a emplear siempre Internet para realizar gestiones financieras (59,7% frente al 47,6% entre las personas de bajo bienestar), organizar planes de ocio (52,5% vs. 33,5%), interactuar con amistades y familiares (62% vs. 39,6%) o hacer compras (33,5% vs. 15,1%).

Las personas que experimentan **un mayor grado de bienestar subjetivo también muestran una mayor inclinación hacia la interacción con las Administraciones públicas a través de Internet**. Esto se refleja en sus actividades, como acceder a información en bases de datos o registros públicos (43,1% en comparación con 27,8% entre los individuos de bajo bienestar), descargar formularios o documentos oficiales (46% vs. 35,7%), solicitar subvenciones (31% vs. 23,7%) y presentar reclamaciones o quejas (34,8% vs. 22,3%).



Gráfico 50 - El uso de Internet (por nivel de bienestar)

Pregunta: Usas Internet para...



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

En cuanto a la autonomía en la realización de actividades por Internet, aunque **ambos perfiles tienen niveles de autonomía elevados** en la mayoría de las actividades mencionadas, las personas con **bajo bienestar subjetivo reportan**, en general, **una menor independencia**.

Por ejemplo, el 79,1% de las personas con un alto nivel de bienestar subjetivo se sienten autónomas al organizar planes de ocio, mientras que este porcentaje disminuye al 68,4% entre aquellas

con un bajo bienestar. Lo mismo ocurre al llevar a cabo actividades financieras, trabajar, gestionar trámites administrativos o asistir a citas médicas o psicológicas en línea.

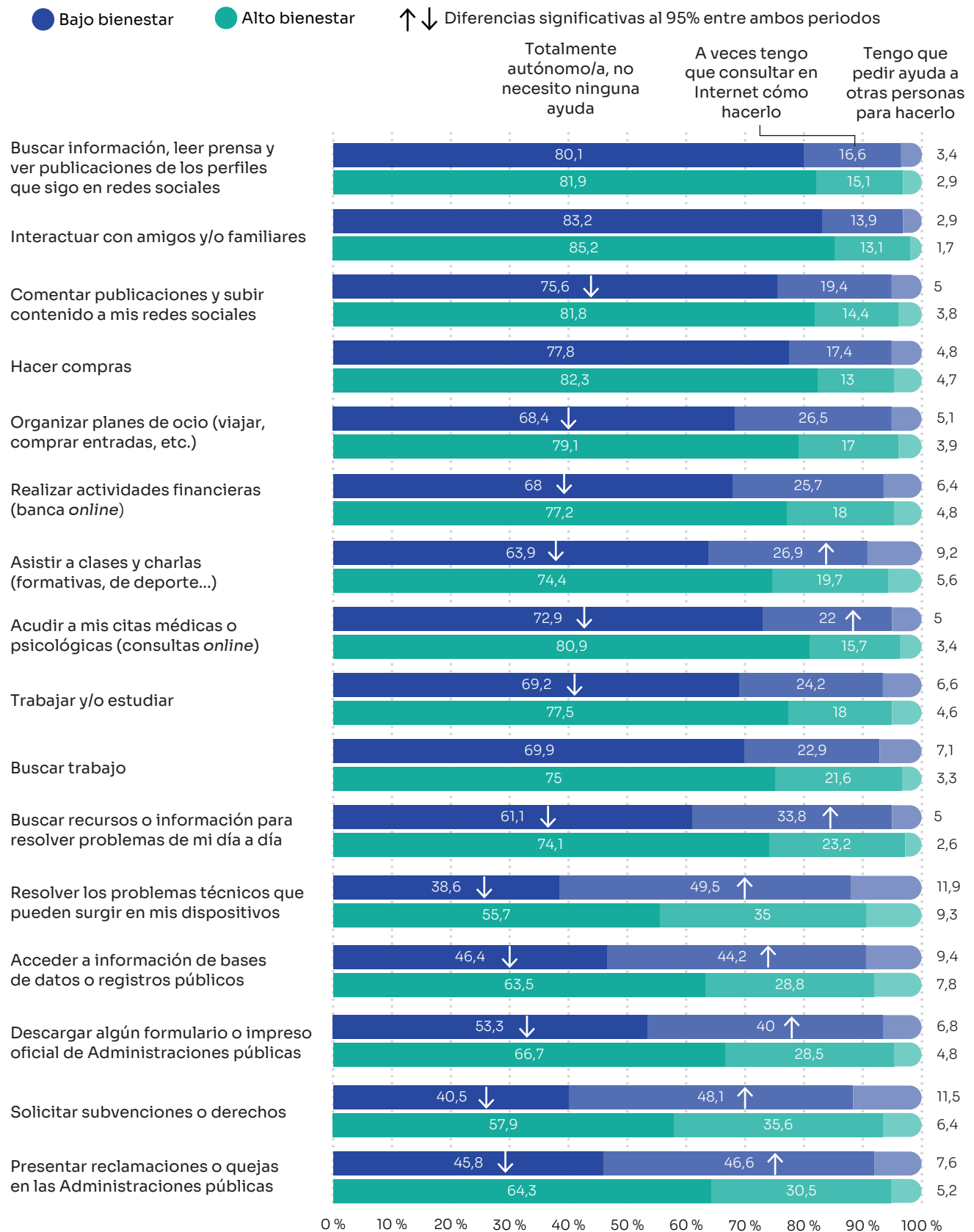
Sin embargo, **existen excepciones**: al buscar información o leer noticias en redes sociales, interactuar con amigos o familiares y realizar compras por Internet, ambos perfiles muestran niveles de autonomía similares.





Gráfico 51 - Autonomía en el uso de Internet (por nivel de bienestar)

Pregunta: ¿Y cómo de autónomo te sientes haciendo cada una de las siguientes actividades a través de Internet?



Base: Realizan esa actividad por Internet

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



Cuando se les pregunta sobre **los beneficios y los problemas derivados de su relación con la tecnología**, se observa que las **personas con un alto nivel de bienestar**, que también tienen un mayor contacto con dispositivos digitales y realizan más tareas en línea de manera habitual y autónoma, se sienten **más capaces de adaptarse a las demandas de la digitalización** (el 48,7% se siente muy capaz, en contraste con el 30,9% de aquellas con un bajo nivel de bienestar).

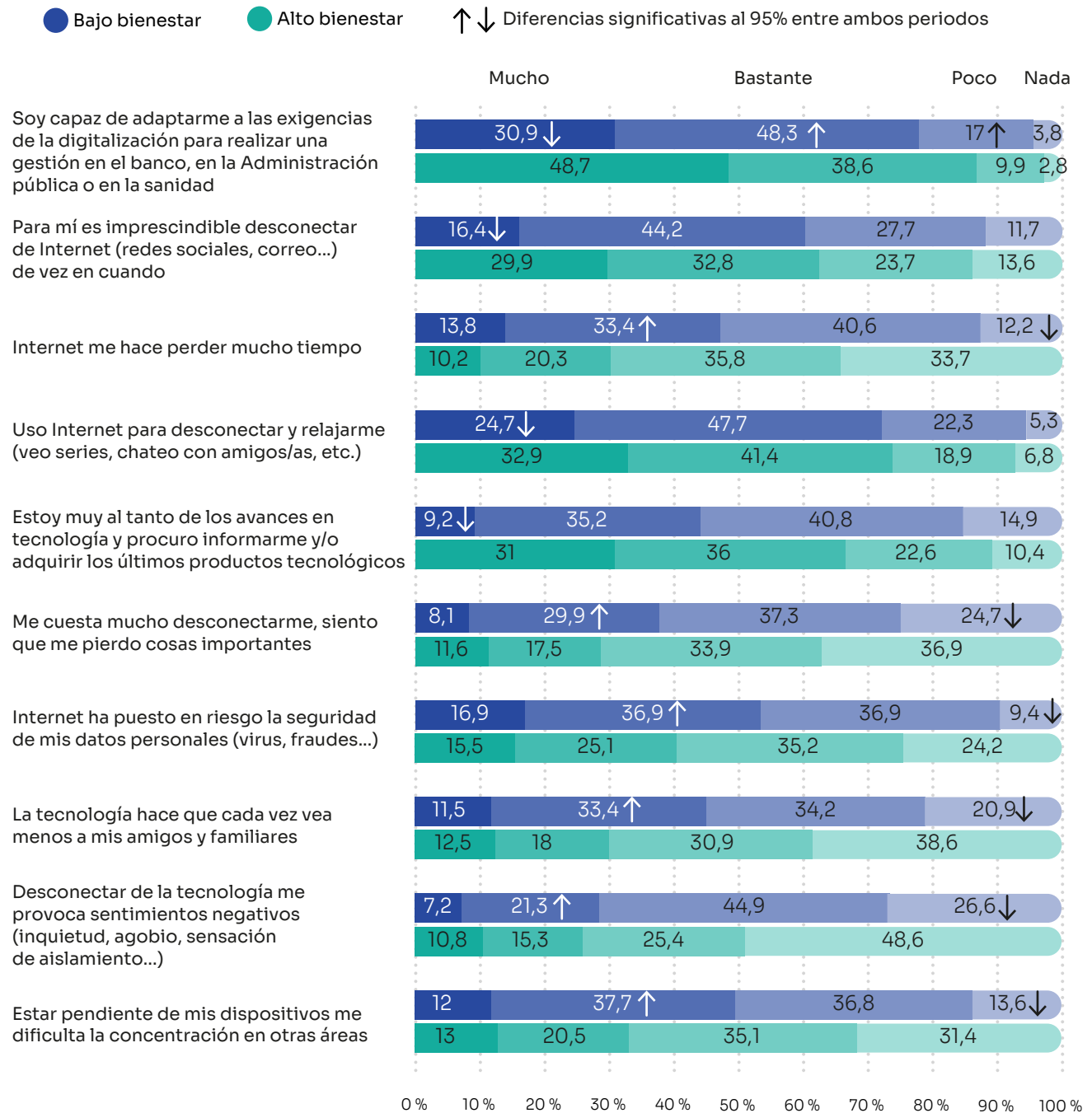
En lo que respecta a la **dependencia de la tecnología y de Internet**, se observa que la mayor exposición entre las **personas con un alto nivel de bienestar a veces conlleva una mayor necesidad de desconectar**: un 29,9% se identifica “mucho” con esta afirmación en comparación con el 16,4% entre aquellas que reportan un menor bienestar.

No obstante, a pesar de su menor exposición a la tecnología, parece que **las personas con un menor nivel de bienestar son o se sienten menos capaces de utilizarla de manera saludable**. Por ejemplo, el 49,7% de ellas informa que los dispositivos tecnológicos les dificultan mucho o bastante la concentración (33,5% entre aquellas con un mayor bienestar), el 38% tiene dificultades para desconectarse (29,1% entre las personas con un bienestar más alto) y el 44,9% siente que la tecnología les hace ver a sus amigos y familiares con menos frecuencia (30,5% entre aquellas con un mayor bienestar).



## Gráfico 52 - Adaptación a Internet y las tecnologías (por nivel de bienestar)

Pregunta: ¿Y cómo de autónomo te sientes haciendo cada una de las siguientes actividades a través de Internet?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## C) La percepción de Internet y la tecnología

En cuanto a la utilidad, relevancia e impacto de Internet en la sociedad, las personas con un **alto bienestar subjetivo y un mayor conocimiento y empleo de Internet y las tecnologías tienden a ser más optimistas** al evaluar su impacto. Por otro lado, los individuos con **un bienestar subjetivo bajo** y una menor exposición a la tecnología tienden a **considerar en menor medida que esta haya tenido un impacto relevante o útil** en el funcionamiento de la sociedad.

Por ejemplo, el 47,6% de las personas con un alto bienestar subjetivo cree que el uso de Internet ha mejorado o agilizado los procesos administrativos, el 43,9% piensa que ha mejorado el acceso a la cultura, el 41,9% opina que ha contribuido a diversificar los canales de información y el 22,4% cree que ha ayudado a reducir las desigualdades sociales.

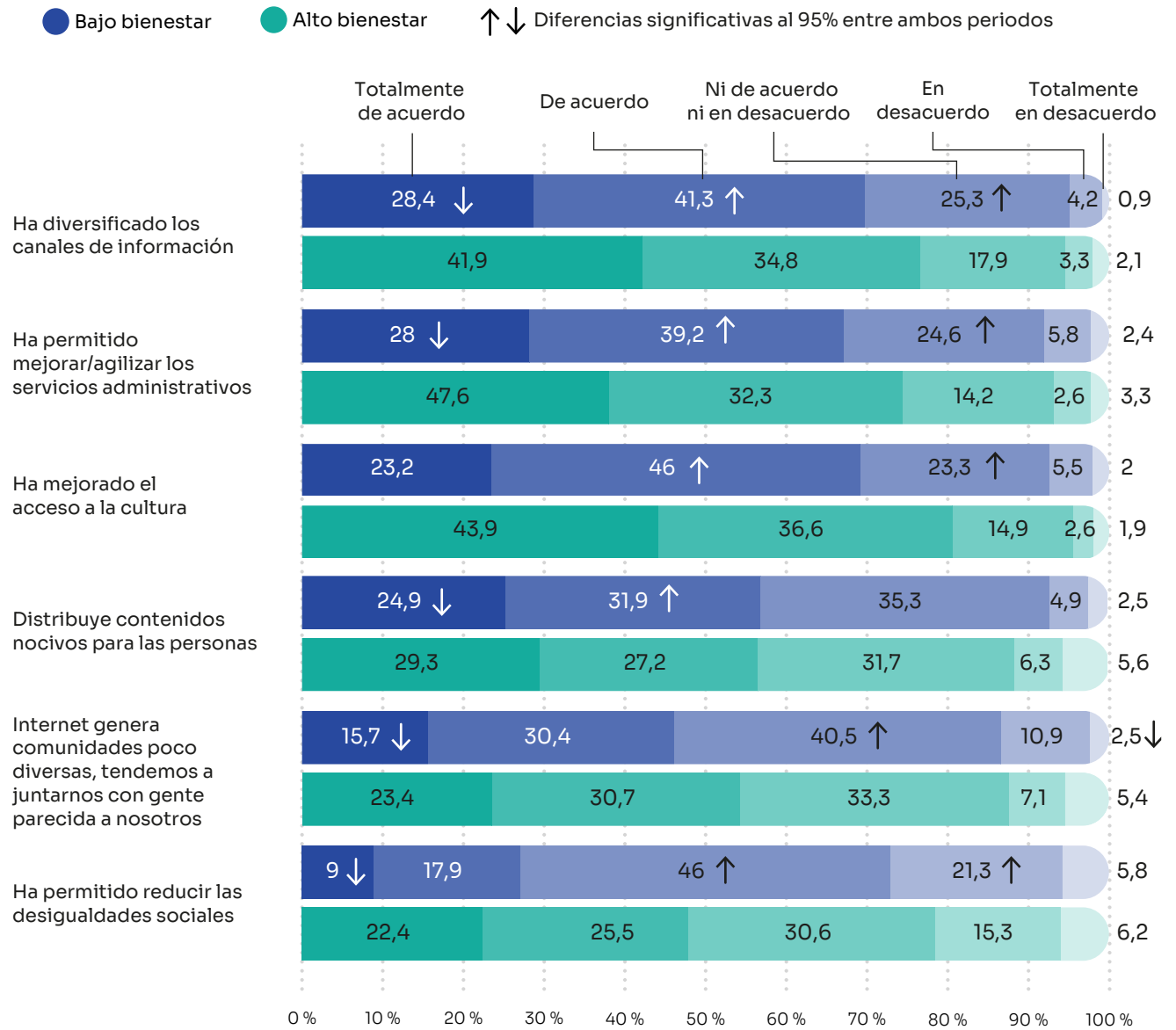
Por el contrario, este optimismo se atenúa entre las personas encuestadas con un bajo nivel de bienestar: solo un 28% considera que Internet ha agilizado los servicios administrativos, un 23,2% cree que ha mejorado el acceso a la cultura, un 28,4% opina que ha diversificado los canales de información y solo un 9% cree que ha contribuido a reducir las desigualdades sociales.

El 47,6% de las personas con un alto bienestar subjetivo cree que el uso de Internet ha mejorado o agilizado los procesos administrativos



Gráfico 53 - Avance de Internet y las tecnologías (por nivel de bienestar)

Pregunta: Y si pensamos en el impacto social de Internet y las tecnologías, ¿en qué medida estás de acuerdo con las siguientes frases?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

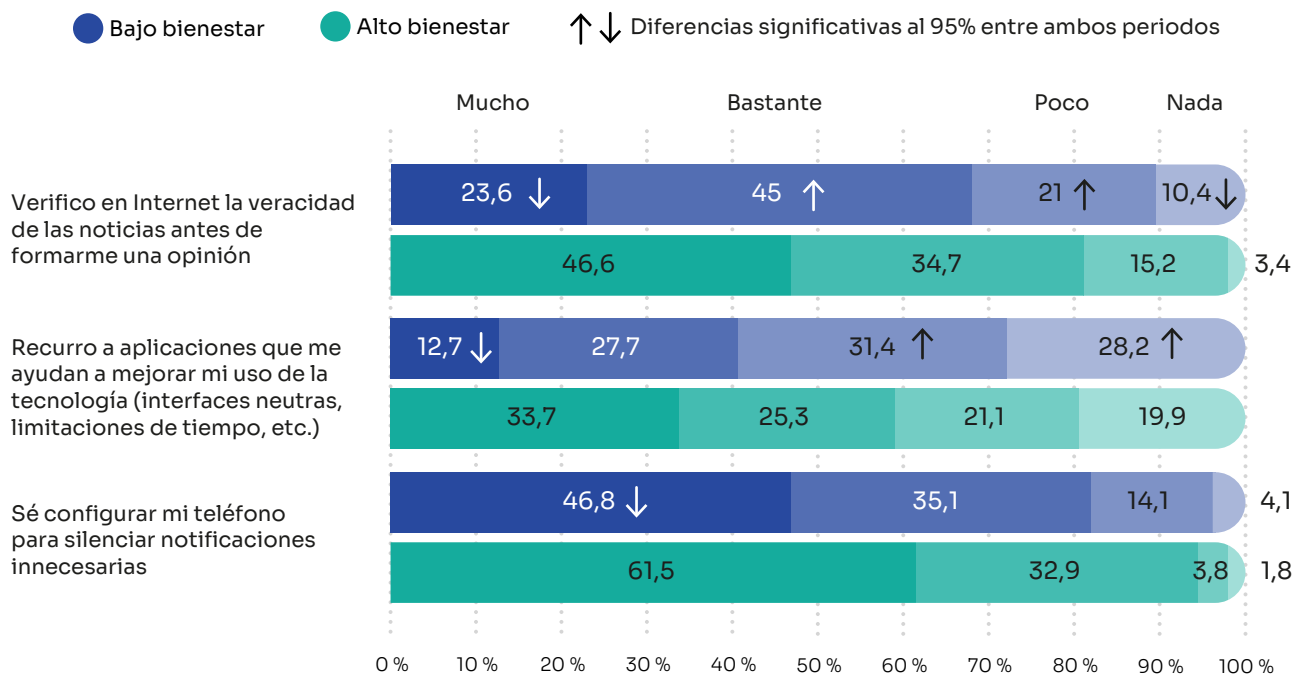
## D) Ética y seguridad en Internet

La relación entre digitalización y nivel de bienestar también se hace evidente al explorar **los usos inteligentes de Internet y la tecnología**. Las personas con un mayor bienestar tienden a mostrar una mayor propensión a verificar las noticias en Internet (el 46,6% están “muy de acuerdo” con esa afirmación) en comparación con aquellos con niveles más bajos de bienestar

subjetivo (23,6%). Asimismo, utilizan aplicaciones para mejorar su experiencia tecnológica en mayor medida que las personas con menor bienestar (33,7% frente al 12,7%) y demuestran una mayor habilidad para configurar sus teléfonos y silenciar notificaciones innecesarias (61,5% frente al 46,8%).

Gráfico 54 - **Herramientas para hacer un uso inteligente de Internet y las tecnologías (por nivel de bienestar)**

Pregunta: Señala tu grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta





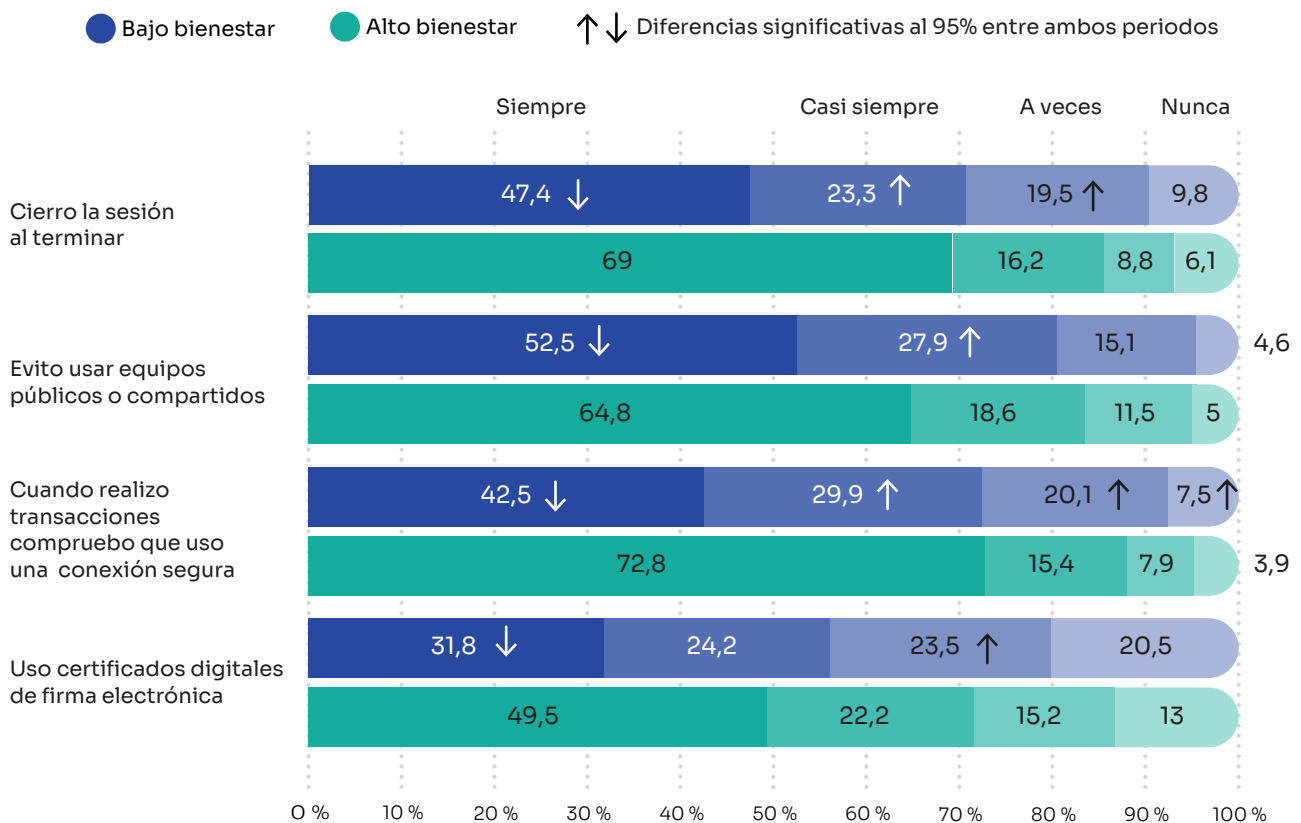
Así mismo, las personas con un **mayor bienestar subjetivo** muestran una **actitud más proactiva** en la realización de **actividades que promueven un uso más seguro y responsable de Internet**.

Se destaca la diferencia significativa al preguntar con qué frecuencia verifican que la conexión a Internet que utilizan es segura al realizar una transacción: un 72,8% de aquellos con un alto bienestar afirma hacerlo “siempre”, en comparación con el 42,5% de aquellos con un bajo bienestar. De igual forma sucede con la frecuencia con la que cierran la sesión personal al terminar una tarea (69% frente al 47,4%), el uso de certificados digitales (49,5% frente al 31,8%) o evitar el uso de equipos públicos o compartidos (64,8% frente al 52,5%).



Gráfico 55 - **Hábitos en Internet para mantener la seguridad (por nivel de bienestar)**

Pregunta: De los siguientes hábitos relacionados con la seguridad en Internet, ¿con qué frecuencia los realizas?



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta



## E) Las inteligencias artificiales

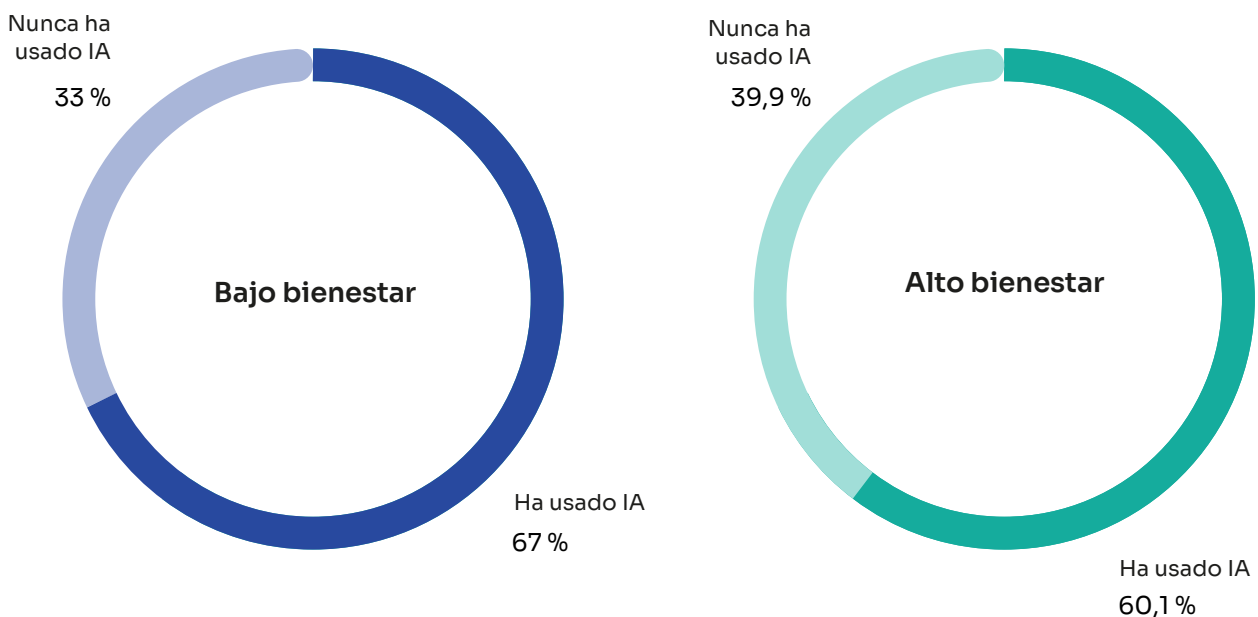
Al igual que con otros aspectos de la digitalización, **el uso y la percepción de la inteligencia artificial también muestran diferencias en función del nivel de bienestar subjetivo.**

Aunque menos del 40% de las personas entrevistadas con un alto bienestar subjetivo ha utilizado en alguna ocasión algún tipo de inteligencia artificial (como ChatGPT, Dall-E o DeepL), esta cifra es aún menor entre quienes presentan un bajo bienestar subjetivo: solo el 33% informa haberlas utilizado.

Se observa disparidad en el uso de la IA en función del nivel de bienestar

Gráfico 56 - **Uso actual de las inteligencias artificiales (por nivel de bienestar)**

Pregunta: ¿Has utilizado la inteligencia artificial en alguno de los siguientes campos? Marca las que correspondan.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Esta disparidad en el **uso de la inteligencia artificial parece relacionarse con una mayor desconfianza hacia sus beneficios** y una percepción más acentuada de sus posibles riesgos.

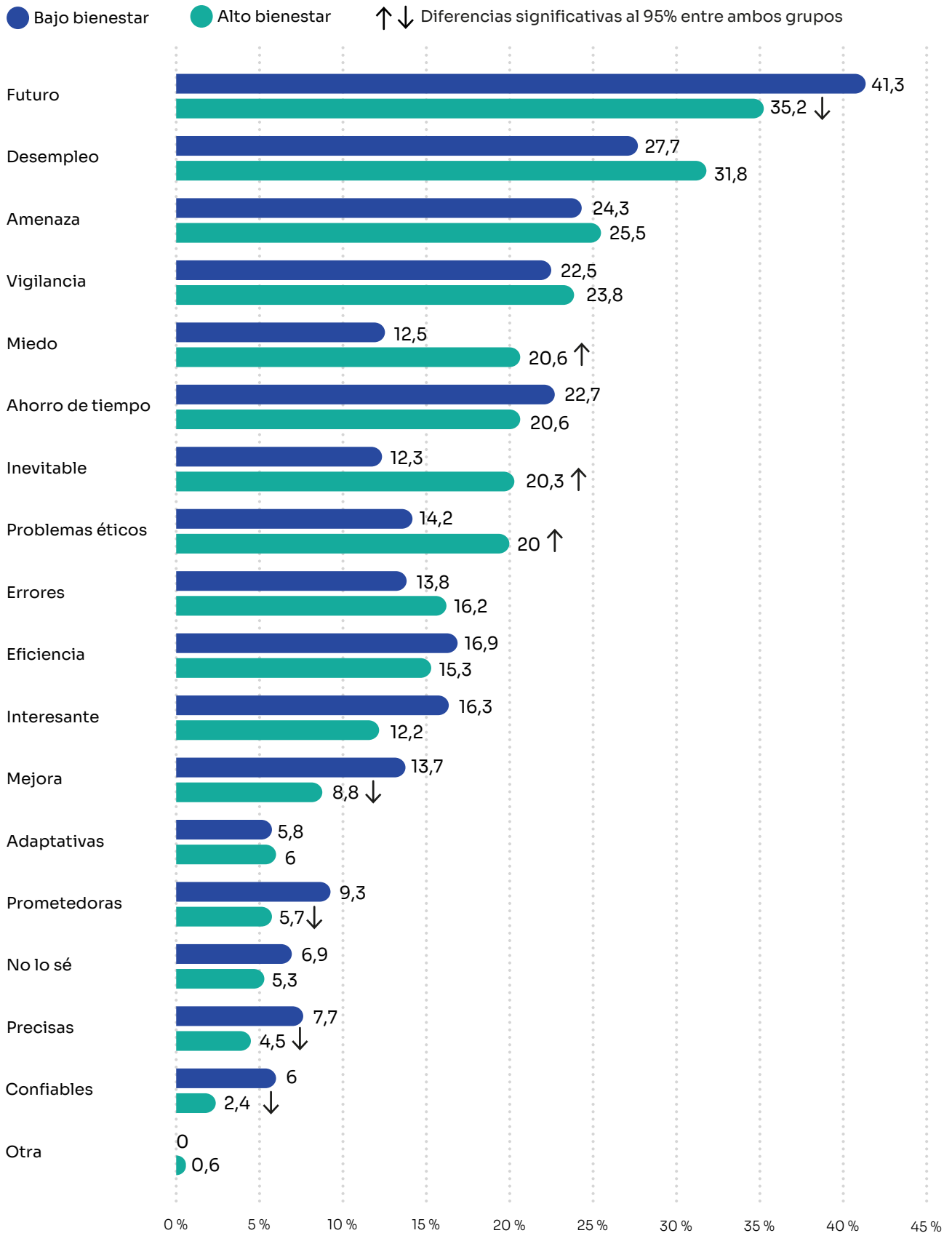
Cuando se les pregunta acerca de los conceptos asociados con la IA, las personas con **un mayor nivel de bienestar subjetivo**, que además utilizan estas herramientas con mayor frecuencia,

**mencionan más atributos positivos**, tales como: “futuro” (el 41,3% marca esta opción entre los de bienestar alto frente al 35,2% entre los de bienestar bajo), “interesante” (16,3%/12,2%), “prometedoras” (9,3%/5,7%) y “confiables” (6%/2,4%). Por el contrario, aquellos con un **bienestar subjetivo bajo señalan en mayor medida atributos negativos** como “miedo” (20,6%/12,5%) o “problemas éticos” (20%/14,2%).

## Gráfico 57 - ¿Qué pensamos de las inteligencias artificiales? (por nivel de bienestar)

Pregunta: ¿Cuáles de los siguientes conceptos asocias con la inteligencia artificial?

Selecciona un máximo de 3 opciones.



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

## F) La digitalización en la Administración pública

La percepción ciudadana sobre la digitalización de la Administración pública también difiere entre ambos perfiles. Las personas con un **mayor bienestar y que realizan trámites burocráticos siempre a través de Internet**, como se mencionó anteriormente, **tienen a tener una opinión más positiva**.

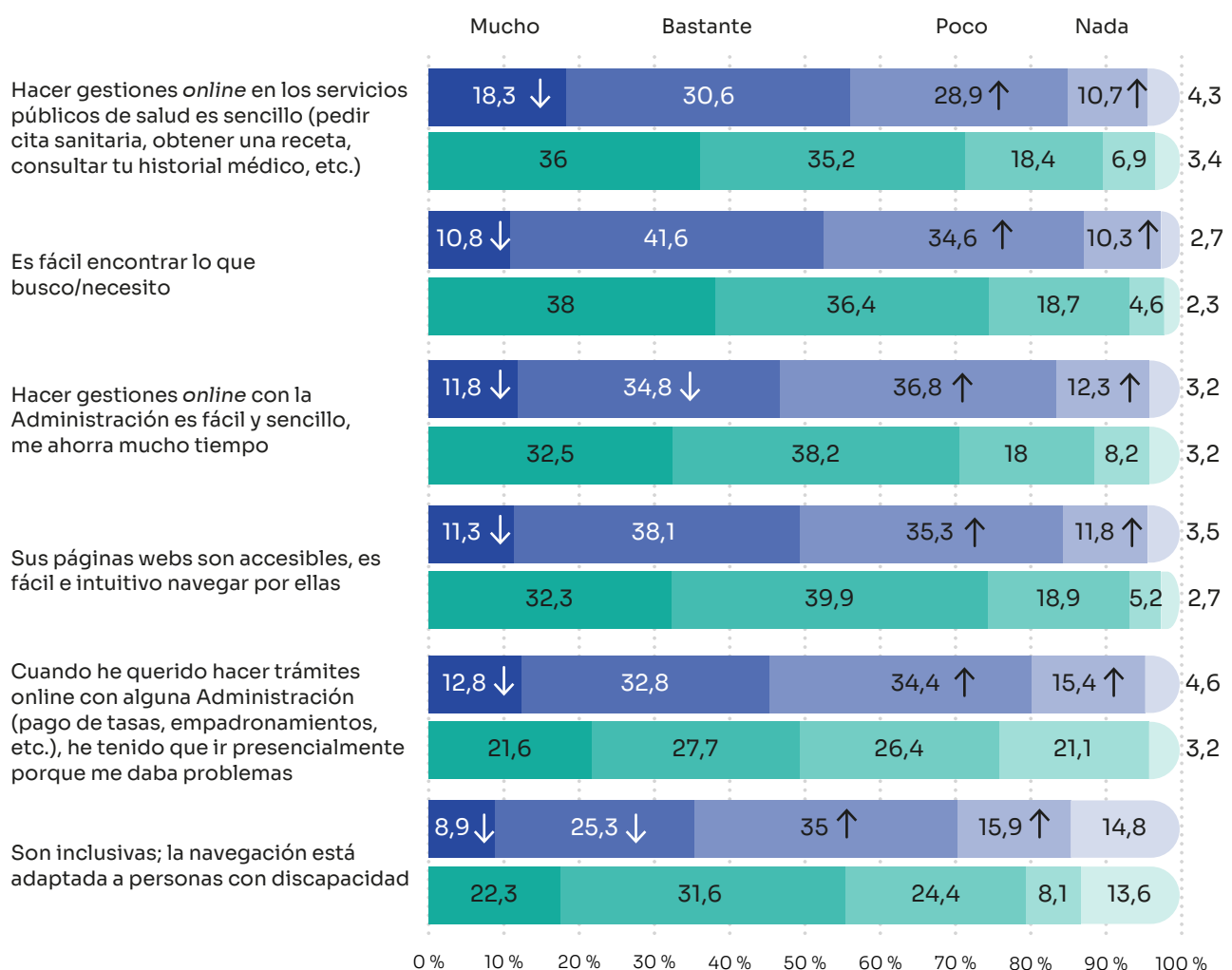
Por ejemplo, el grupo con un **nivel de bienestar subjetivo más alto** considera en mayor medida que las **gestiones en línea en los servicios**

**públicos de salud son sencillas** (36% frente al 18,3% de aquellas personas con niveles bajos de bienestar). También les resulta **más fácil encontrar lo que buscan o necesitan en línea** (38% vs. 10,8%) y, además, dicen **ahorrar mucho tiempo** (32,5% vs. 11,8%). Igualmente, consideran que estas páginas son más accesibles e intuitivas (32,3% frente al 11,3%) y más inclusivas y mejor adaptadas para su uso por parte de personas con discapacidades (22,3% frente al 8,9%).

Gráfico 58 - La imagen de la Administración (por nivel de bienestar)

Pregunta: Pensando en las Administraciones y servicios públicos, ¿en qué medida crees que\_\_\_?

● Bajo bienestar ● Alto bienestar ↑↓ Diferencias significativas al 95% entre ambos periodos



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

En resumen, **este análisis preliminar sugiere que existe una relación positiva entre niveles más altos de bienestar subjetivo y una mayor digitalización** (entendida como mayor tenencia de dispositivos tecnológicos, uso frecuente de Internet en actividades cotidianas y uso de la inteligencia artificial), **así como un uso más autónomo, saludable y seguro de la tecnología**. Además, las personas con **un mayor bienestar tienden a tener una percepción más positiva sobre el impacto de la tecnología en la sociedad** en comparación con aquellas con niveles más bajos de bienestar.

Las personas con un mayor bienestar tienden a tener una percepción más positiva sobre el impacto de la tecnología en la sociedad



## 9.2

# Análisis estadístico avanzado

Con el fin de obtener una **comprensión más profunda de cómo la digitalización influye en el bienestar subjetivo**, se han desarrollado una serie de **modelos de regresión lineal**. El objetivo es analizar el **impacto de diferentes perfiles de digitalización en el bienestar subjetivo**, al mismo tiempo que se controla el efecto de variables sociodemográficas que podrían estar influyendo en esta relación, como el nivel socioeconómico, la edad y el género de las personas encuestadas.

**Para medir los distintitos niveles de digitalización de la sociedad**, se ha realizado una **segmentación utilizando el modelo que se empleó en 2022, que se basa en las respuestas a preguntas sobre el uso de Internet, el grado de autonomía en su manejo y las preferencias en cuatro áreas específicas**: actividades financieras, planificación del ocio, trámites burocráticos y compras.

En esta ola, se ha introducido una novedad al incluir **información sobre el nivel de autonomía en el manejo de Internet**. Esta inclusión permite no solo comprender cómo los individuos utilizan Internet, sino también si tienen el conocimiento necesario y se sienten capaces de llevar a cabo estas tareas de manera independiente.

Por consiguiente, **se ha segmentado cada uno de los perfiles de 2022 en dos subgrupos según el grado de autonomía para realizar actividades por Internet**. Aquellas personas que realizan al menos tres de las cuatro actividades en línea por sí mismas se consideran autónomas digitalmente, mientras que aquellas que realizan menos de tres actividades de manera autónoma se clasifican como no autónomas.

La siguiente tabla proporciona una descripción detallada de cómo se construyeron los 8 niveles de digitalización a partir de las respuestas de las personas encuestadas:





Tabla 1 - Construcción de los niveles de digitalización

Nombre del perfil	Descripción	% población general	
<b>Personas convencidas</b>	Siempre realizan al menos una de las cuatro actividades por Internet y tienen una preferencia por hacerlo de esta manera.	Convencidas autónomas	47,8%
		Convencidas no autónomas	12,1%
<b>Personas obligadas</b>	Siempre realizan al menos una de las cuatro actividades por Internet, aunque preferirían llevarlas a cabo por teléfono o en persona.	Obligadas autónomas	6,1%
		Obligados no autónomas	5,5%
<b>Aspiracionales</b>	No realizan ninguna de las actividades siempre a través de Internet, aunque preferirían realizar al menos alguna de ellas de esa manera.	Aspiracionales autónomos	10,7%
		Aspiracionales no autónomos	10,0%
<b>Resistentes</b>	No realizan ninguna de las actividades siempre a través de Internet y tampoco tienen preferencia por hacerlas de esa manera.	Resistentes autónomos	2,8%
		Resistentes no autónomos	4,9%

El análisis recoge **dos regresiones lineales**, que tienen como variables independientes las siguientes preguntas relacionadas con el bienestar subjetivo, que se emplearon previamente en el apartado anterior:

**A) P1.** En términos generales, ¿en qué medida estás satisfecho/a con tu vida actualmente? Utiliza la siguiente escala en la que 0 significa “Completamente insatisfecho/a” y 10 “Completamente satisfecho/a”.

**B) P2.** Y, en general, ¿sientes que las cosas que haces en tu vida merecen la pena? Utiliza la siguiente escala en la que 0 significa “No merecen la pena” y 10 “Merecen totalmente la pena”.

En cada uno de los modelos, **se han incorporado como variables explicativas los diversos niveles de digitalización** mencionados anteriormente. Además, se han incluido **variables sociodemográficas de control**, que abarcan el **sexo, la edad, el nivel socioeconómico, el estado civil y la ocupación de los individuos entrevistados**.

El cuadro siguiente proporciona **información sobre la dirección y el nivel de significación de la relación entre cada variable independiente y las variables dependientes correspondientes**. Para ayudar en la comprensión de los resultados, se ha especificado, entre paréntesis, la categoría de referencia para el análisis en el caso de variables categóricas. En lo que respecta a los niveles de digitalización, **se ha tomado como referencia a las personas convencidas autónomas debido a su elevado nivel de digitalización y su representatividad predominante en términos de población**.

Se emplea el símbolo “↑” **para indicar una relación positiva** y un símbolo “↓” **para una relación negativa**. Además, el **número de flechas refleja el grado de significación de la relación**, con tres flechas indicando el grado máximo de significación. Si no se observa una relación estadísticamente significativa entre las variables, se denota con un guión “-”.

Cuadro 1 - Modelos de regresión lineal

Variables independientes / Variables dependientes		Satisfacción general con la vida	Sentimiento de realización con la vida
<b>Sexo</b> (Categoría de referencia: Mujer)	Hombre	↑↑↑ 0,178	↑↑ 0,175
		-	↑↑
<b>Edad</b>		-0,003	0,007
		↓↓	↓↓
<b>Nivel socioeconómico</b> (categoría de referencia: Alto/Medio-alto)	Medio	-0,176	-0,199
	Medio-bajo/bajo	↓↓↓ -0,303	↓↓↓ -0,237
<b>Estado civil</b> (categoría de referencia: Casado/a)		-	-
	Pareja de hecho	-0,158	-0,185
		↓↓↓	↓↓↓
	Soltero/a con pareja	-0,426	-0,408
		↓↓↓	↓↓↓
	Soltero/a sin pareja	-0,953	-0,867
		-	-
	Separado/a o divorciado/a con pareja	-0,185	0,188
	↓↓↓	↓↓↓	
Separado/a o divorciado/a sin pareja	-0,878	-0,591	
	-	-	
	Viudo/a	0,114	0,122
	Otro	↓↓ -0,970	- -0,833
<b>Ocupación</b> (categoría de referencia: Trabajan actualmente)	Retirado/pensionista/incapacitado	↓↓ -0,249	- -0,171
		↓↓↓	↓↓↓
	Parado/a	-0,791	-0,345
		↑↑	↑↑↑
	Estudiante	0,303	0,462
	↓	-	
	Trabajo del hogar no remunerado	-0,280	-0,078

Variables independientes / Variables dependientes		Satisfacción general con la vida	Sentimiento de realización con la vida
<b>Perfil de digitalización</b> (Categoría de referencia: Personas convencidas autónomas)	Personas convencidas no autónomas	↓↓↓ -0,335	↓↓↓ -0,410
	Personas obligadas autónomas	- 0,073	- 0,018
	Personas obligadas no autónomas	- -0,022	↓↓ -0,327
	Aspiracionales autónomos	↓↓↓ -0,416	↓↓ -0,278
	Aspiracionales no autónomos	↓↓↓ -0,387	↓↓↓ -0,678
	Resistentes autónomos	- -0,092	- -0,062
	Resistentes no autónomos	- -0,199	↓↓↓ -0,560

Fuente: Elaboración propia



En primer lugar, los resultados de la regresión muestran **el impacto que tienen las variables sociodemográficas incluidas en el modelo sobre el bienestar subjetivo**: ser **mujer**, tener un **nivel socioeconómico medio-bajo o bajo**, estar en **desempleo** o ser una persona **soltera o divorciada/separada sin pareja** suponen **unos niveles más bajos de bienestar subjetivo**.

En relación con los perfiles de digitalización, los resultados revelan que las **personas convencidas autónomas, las obligadas autónomas y las resistentes autónomas** presentan **niveles similares de bienestar subjetivo**, medido a través de la variable de realización con la vida. Estos tres grupos tienen un **nivel de bienestar significativamente superior** en comparación con el resto de los grupos.

Al examinar con mayor detalle los resultados, se destaca que el grupo de **las personas convencidas no autónomas muestra niveles estadísticamente más bajos de bienestar** en ambas variables en **comparación con las convencidas autónomas**. Por lo tanto, en este grupo de personas que realiza siempre ciertas tareas por Internet y por elección propia, **la falta de autonomía se asocia negativamente con el bienestar**.

Además, como se mencionó anteriormente, las personas **obligadas autónomas**, que, a pesar de preferir otras herramientas, realizan el mismo número de tareas siempre por Internet que la categoría de referencia y lo hacen de manera autónoma en igual medida, **no muestran diferencias estadísticamente significativas en términos de bienestar** en comparación con la categoría de referencia. Esto sugiere que, para el mismo nivel de uso de Internet y nivel de autonomía, **verse obligado a utilizar la tecnología no resulta en una pérdida de bienestar**. Sin embargo, las personas obligadas **no autónomas presentan niveles de sentimiento de realización inferiores en comparación con las convencidas autónomas**, así como con **las obligadas autónomas**. En este caso también se observa, por lo tanto, que la falta de autonomía en la realización de tareas en Internet se relaciona negativamente con el bienestar.



El grupo de personas **aspiracionales**, que realiza menos actividades siempre por Internet, pero desearía hacerlo más, **es el único perfil que muestra niveles más bajos de bienestar subjetivo, independientemente de si son digitalmente autónomos o no**. Esto parece indicar que **sentirse al margen del proceso de digitalización tiene un impacto negativo en el bienestar subjetivo**.

En contraste, las personas resistentes autónomas, que realizan menos tareas siempre por Internet y prefieren un contacto más personal o telefónico, aunque cuando lo hacen son autónomas, **no muestran diferencias estadísticamente significativas en los niveles de bienestar en comparación con el grupo de referencia**. No obstante, **las personas resistentes no autónomas experimentan un menor sentido de realización en comparación con las convencidas autónomas y las resistentes autónomas**, similar a lo observado en el grupo de obligadas no autónomas.

En definitiva, el análisis sobre **cómo la digitalización se relaciona con el bienestar subjetivo** revela dos conclusiones importantes:

En primer lugar, **además de las variables sociodemográficas, la autonomía en la realización de tareas a través de Internet es un factor clave**. De esta manera, se aprecia que **todos los perfiles de personas no autónomas experimentan niveles más bajos de satisfacción con la vida**. A medida que las gestiones en línea se vuelven esenciales en nuestras vidas, **la digitalización, aunque busca simplificar trámites y ahorrar tiempo, también puede ser fuente de frustración e insatisfacción para quienes no pueden adaptarse a ella**.

En segundo lugar, el análisis permite concluir que **un nivel bajo de digitalización**, medido por la cantidad de tareas realizadas siempre en línea, **unido a la preferencia por el uso de herramientas digitales frente a otras, se relaciona con menores niveles de bienestar subjetivo**. Este es el caso de las **personas aspiracionales que desean formar parte del proceso de digitalización**, pero no pueden hacerlo, lo que parece generar **sentimientos de frustración o exclusión** que afectan a su bienestar subjetivo.



La autonomía en la realización de tareas a través de Internet es un factor clave



